

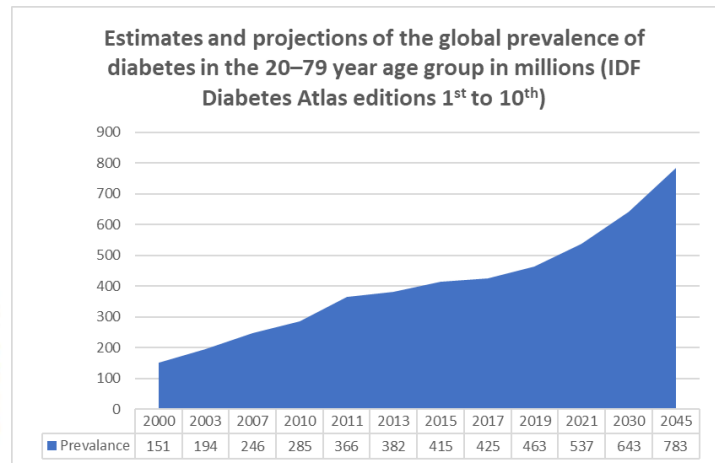
Beste leefstijlapotheker en -assistent,

Vlak voor de zomervakantie willen we je weer graag een update geven over dat wat speelt in de leefstijlgeneeskunde en de leefstijlapotheker.

**700 million adults
will have diabetes by 2045.**

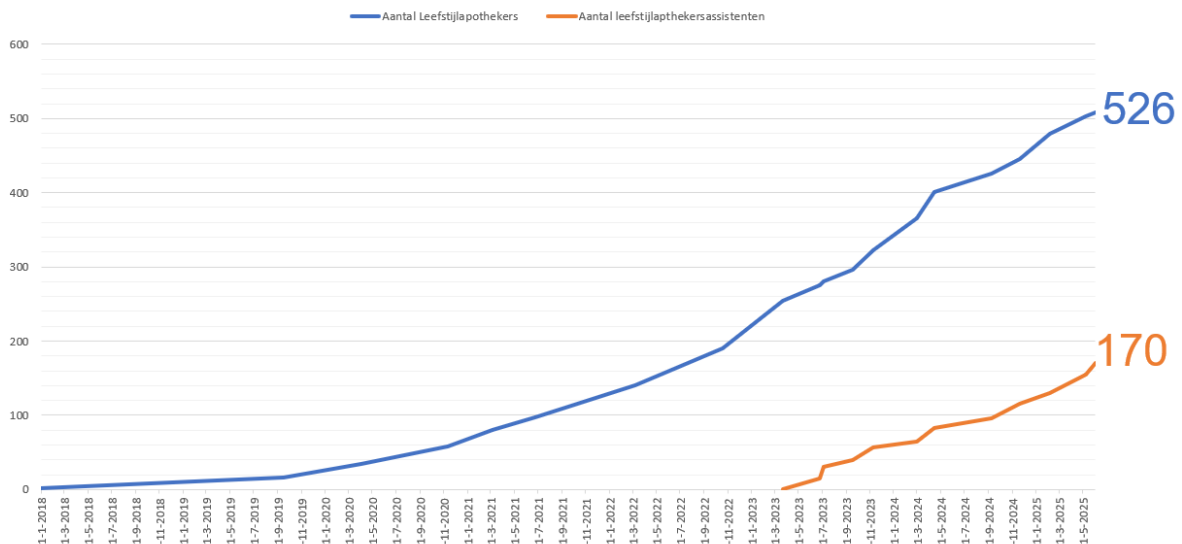


If current trends continue,
**783 million adults
will have diabetes by 2045.**



Volgens the **International Diabetes Federation** zal de prevalentie van diabetes sterker stijgen dan eerdere projecties, namelijk naar **783** miljoen. Bron: <https://www.diabetesatlas.org/en/>.

Gelukkig zijn er steeds meer leefstijlapothekers en leefstijlapothekersassistenten!



Dus we zullen **SAMEN** aan de slag moeten blijven en volgens ons doen we dat ook.

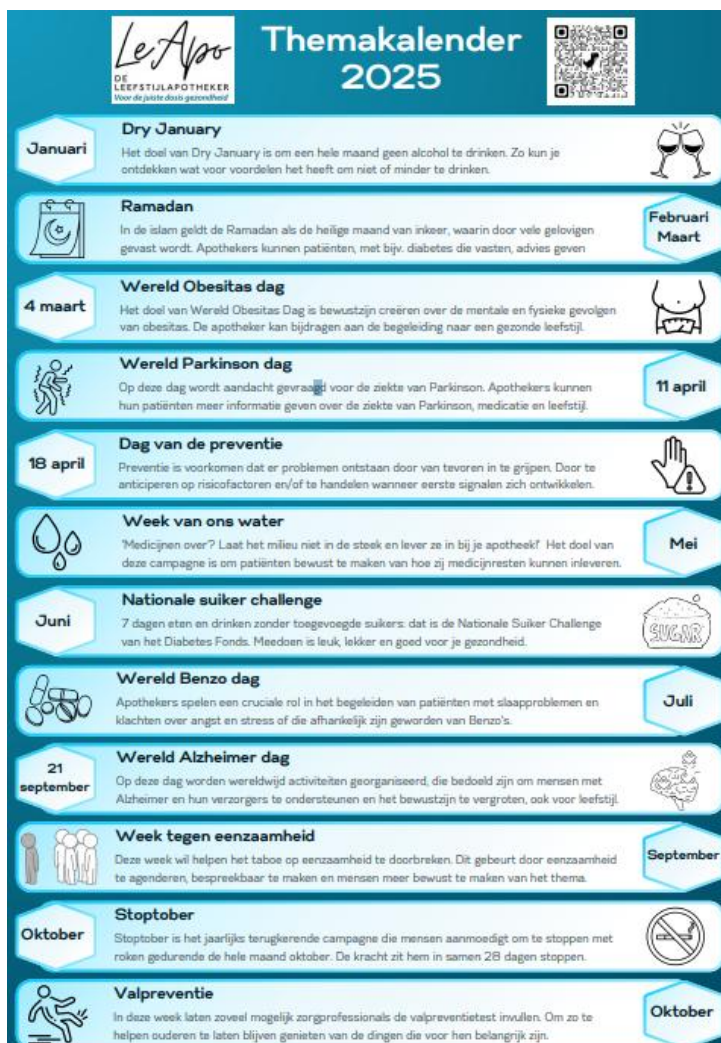
Groet Rogier, Rinske, Nienke, Ellen en Anne-Margreeth.

1. **Themajaarkalender** <https://deleefstijlapotheker.nl/themajaarkalender/>

Als leefstijlapotheker of -assistent heb je een unieke rol in het stimuleren van gezondheid en preventie. Door in te spelen op bekende dagen en themaweken, kun je de zichtbaarheid van de apotheek vergroten én actief bijdragen aan de gezondheid van de inwoners van je wijk. Het is dé kans om leefstijl als centraal onderdeel van de zorg te positioneren en patiënten laagdrempelig te bereiken.

Voorbeelden om direct aan te haken zijn Dry January, Dag van de Preventie, Stoptober en Wereld Diabetes Dag. We zijn nog bezig om voor alle onderdelen materialen te verzamelen of te ontwikkelen. Je kan kijken via deze link wat we al hebben: <https://deleefstijlapotheker.nl/thema-jaarkalender/>

Mocht je materialen hebben welke we kunnen gebruiken, mail deze dan naar info@deleefstijlapotheker.nl Thanks!





2. Oproep van de Hartstichting voor 2026

Tijdens ons laatste kwartaaloverleg was Laura Slits van de **Hartstichting** aanwezig om te vertellen over de **Hartstichting checkpunten**. Hieronder staat een samenvatting van haar verhaal:

De Hartstichting wil graag de hartgezondheid van Nederland verbeteren. Om dit te bereiken richten we ons op het zo gezond mogelijk houden van Nederlanders en het voorkomen van hart- en vaatziekten. Daarom organiseren we '**Hartstichting Checkpunten**', waarmee we ons specifiek richten op het vroegtijdig opsporen van verhoogde risicofactoren bij mensen van 40 tot 70 jaar.

De **Hartstichting checkpunten** zijn plekken waar mensen gratis risicofactoren voor hart- en vaatziekten kunnen laten meten. Binnen 15 minuten ontvangen ze hun resultaten en uitleg over hun waarden. Daarna krijgen ze bij het leefstijlstation passend (leefstijl)advies om hun waarden te verlagen of gezond te houden.

De checkpunten staan op steeds meer openbare locaties door heel Nederland, zoals in buurthuizen en sportscholen. Dit jaar willen we 100 checkpunten organiseren, en volgend jaar zijn dat er al 200.

We geloven dat we samen meer kunnen bereiken en **zouden graag samenwerken** om de impact te vergroten. Dit kan door:

- **Gezamenlijk checkpunten te organiseren**
- **Leefstijlstations te bemannen** bij bestaande checkpunten

Om een **gezamenlijk checkpunt** te organiseren, verwijs ik je graag door naar onze website voor meer informatie: [Checkpunt organiseren? Doe het samen met de Hartstichting!](#)

Goed om te weten dat we ruimte hebben voor nieuwe checkpunten vanaf januari 2026.

Mocht je geïnteresseerd zijn om een **leefstijlstation te bemannen** bij een bestaand checkpunt, dan kan je regelmatig op onze website kijken, waar we alle geplande checkpunten op vermelden: [Vind een Hartstichting checkpunt bij jou in de buurt.](#)

Bij interesse kun je dan contact opnemen met ons via checkpunt@hartstichting.nl, en dan kijken we wat er mogelijk is. We willen er wel op wijzen dat er vanuit de Hartstichting *geen budget* beschikbaar is voor de inzet van leefstijlapothekers bij de checkpunten, maar waarderen jullie bijdrage en samenwerking ontzettend. We geloven dat de samenwerking van grote waarde kan zijn, en kijken ernaar uit om samen het verschil te maken.

Als je geïnteresseerd bent of meer wilt weten, laat het gerust weten via checkpunt@hartstichting.nl.

We kijken ernaar uit om samen een positieve impact te maken!

Met vriendelijke groet, Laura Slits, projectmanager Hartstichting

3. Doe je weer mee aan Stoptober?



Voor de zomervakantie willen we stoptober onder de aandacht brengen want oktober komt er stiekem al snel aan. Stoptober is dé campagne waarin duizenden Nederlanders samen 28 dagen stoppen met roken. Dit is de perfecte kans om onze patiënten te helpen een belangrijke stap te zetten naar een gezonder leven én om de rol van de leefstijlapotheker(sassistent) extra in de schijnwerpers te zetten! Voor ons is het belang van stoppen met roken vanzelfsprekend, maar weet de buitenwereld wel wat wij doen? Laten we ook dit jaar Stoptober benutten om hier verandering in te brengen en onze unieke bijdrage aan de zorg zichtbaar te maken!

Tijdens Stoptober voeren we in de apotheek korte gesprekken met patiënten aan de balie via de gesprekstechniek **Very Brief Advice**, waarmee we hen op een laagdrempelige manier kennis laten maken met de beste manier om te stoppen. **Dit duurt niet langer dan 30 seconden!!!** Vorig jaar hebben meer dan 50 apotheken meegedaan en we hopen dat jouw apotheek dit jaar ook wil deelnemen.

Alle informatie over **Stoptober** en hoe jouw apotheek kan bijdragen, vind je op onze website:

<https://deleefstijlapotheker.nl/stoppen-met-roken-stoptober-2/>



1a. Stappenplan Stoptober Apotheek.



1b. Turflijst stoptober 2025.



2. Presentatie Stoptober Apotheek (in powerpoint).



3. Presentatie over VBA Stoptober – Stoppen met roken in powerpoint.



4. Flyer voor client voor Stoptober (in PDF).



5. Filmpje Very Brief Advice Stoppen met roken.



6. Webinar Stoptober.



7. Bestellen toolkit voor Stoptober.



8. Link naar Wachtkamerfilmpje Stoptober.



9. NHG-Keuzetabel: Welke ondersteuning bij stoppen met roken (SMR) past het meest bij mij?



10. NHG-Behandelrichtlijn Stoppen met roken



11. IVM-FTO-module, presentatie en casuïstiek 'Begeleiding bij stoppen met roken'.

4. Nieuw FTO: Samenwerken met diëtisten

Er staat weer een nieuw FTO op de site, namelijk over samenwerking met de diëtisten. Neem een kijkje op: <https://deleefstijlapotheker.nl/fto-samenwerken-met-dietisten/> Het FTO bevat onderstaande informatie:

1. Obesitas: Medicatie? Of leefstijlaanpassingen?
2. Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI): Resultaten.
3. Medicatie bij obesitas
4. Medicijnen die gewichtsverhoging als neveneffect kunnen hebben: GLI-M protocol
5. Samenwerking

5. Kwartaaloverleg: 25 juni 2025 (9u30-11u00)

Kwartaalmeeting 2025



25 juni '25 via teams	
9u30 – 9u40	Rogier Larik - leefstijlapotheker • Opening • STOPTOBER update
9u40 – 10u10	Francis Lanen • Samenwerking leefstijlapotheker en slaapoefentherapeuten
10u10 – 10u40	Emma van Roosmalen • Leefstijl en QuickScan Duurzamer Voorschrijven
10u40 – 11u00	Allen • Rondvraag

Bij deze de 2 links voor het kwartaaloverleg via een Microsoft Teams-vergadering:

Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers deel 1

woensdag 25 juni 2025

09:30 - 10:30 (WET)

Koppeling naar vergadering: [Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers deel 1 | Microsoft Teams | Meetup-Deelnemen](#)

Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers deel 2

woensdag 25 juni 2025

10:15 - 11:15 (WET)

Koppeling naar vergadering: [Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers deel 2 | Microsoft Teams | Meetup-Deelnemen](#)

6. Implementatievouchers voor leefstijl in de zorg

Leefstijl in de zorg starten, versnellen of verbreden? Vraag nu een implementatievoucher aan! Aanvragen kunnen tot 1 oktober 2025 worden ingediend.

Zorginstellingen, zorgprofessionals of patiëntenorganisaties kunnen bij de Coalitie Leefstijl in de Zorg implementatievouchers aanvragen om leefstijl in de zorg te starten, versnellen of te verbreden in de regio. Hier lees je wat een implementatievoucher is en hoe je een aanvraag doet en hoe je gebruik kunt maken van coaching door de Coalitie: <https://leefstijlcoalitie.nl/implementatievouchers-domeinoverstijgend/>

Een mooi voorbeeld voor apotheker is:

Amersfoortse apotheken schalen leefstijlinterventies op binnen de wijk

In Amersfoort slaan vier apotheken – Kattenbroek, Hoogland, Zielhorst en Orion – de handen ineen om samen met de huisartsenpraktijken leefstijl structureel onderdeel te maken van de eerstelijnszorg. Zij bouwen voort op eerder succesvolle initiatieven zoals leefstijlgesprekken op basis van Positieve Gezondheid, gezondheidschecks bij de Voedselbank en het leefstijlloket in de apotheek. Deze interventies bleken effectief in het vergroten van gezondheidsbewustzijn en het stimuleren van bewoners om gezondere keuzes te maken.

Zie voor meer info: <https://leefstijlcoalitie.nl/implementatievoucher/amersfoortse-apotheken-schalen-leefstijlinterventies-op-binnen-de-wijk/>

7. Opleidingen & congressen voor 2025 en 2026

OPLEIDING TOT LEEFSTIJLAPOTHEKER

Startdatum

Groep Schipluiden: 30 sept '25
Groep Zwolle: 6 jan '26

Accreditatie voor
'Kleinschalig interactieve scholing'
voor openbaar en ziekenhuisapothekers

www.opleidingtotleefstijlapotheker.nl

De zin en onzin van supplementen & interacties tussen geneesmiddel en voeding of supplement

Cardioloog Remko Kuipers & ziekenhuisapotheker Rinske Pauw

Datum en locatie

24 juni '25 in Ouderkerk aan de Amstel
16 sept '25 in Eindhoven
7 oktober '25 in Woudenberg

KNMP

Accreditatie 'Kleinschalig interactief onderwijs'
6 punten KNMP – 2 punten voor het leefstijlvignet

[WWW.OPLEIDINGTOTLEEFSTIJLAPOTHEKER.NL/VERVOLGOPLEIDING/](http://www.opleidingtotleefstijlapotheker.nl/vervolgopleiding/)

2025 & 2026
Opleiding tot leefstijlapothekersassistent

Geaccrediteerd door optimaforma & NVFZ (KABIZ)
3 daagse opleiding voor apothekersassistenten en farmaceutisch consulenten

4 inspirerende sprekers
Inclusief 'meten is weten'-pakket

=> Er gaan weer nieuwe groepen <=

19 nov '25 in Schipluiden
16 jan '26 in Woudenberg
4 feb '26 in Eindhoven

WWW.OPLEIDINGTOTLEEFSTIJLAPOTHEKERSASSISTENT.NL

Symposium Leefstijlapothekers: 'Luchtige Leefstijl' – Adem de Gezonde Leefstijl In!



08 okt. 2025 Veendam

Links:

- <https://opleidingtotleefstijlapotheker.nl/data-en-locaties/>
- <https://opleidingtotleefstijlapothekersassistent.nl/data-en-locaties-laa/>
- <https://www.paofarmacie.nl/cursussen/symposium-leefstijlapothekers/>