

Beste leefstijlapotheker en -assistent,

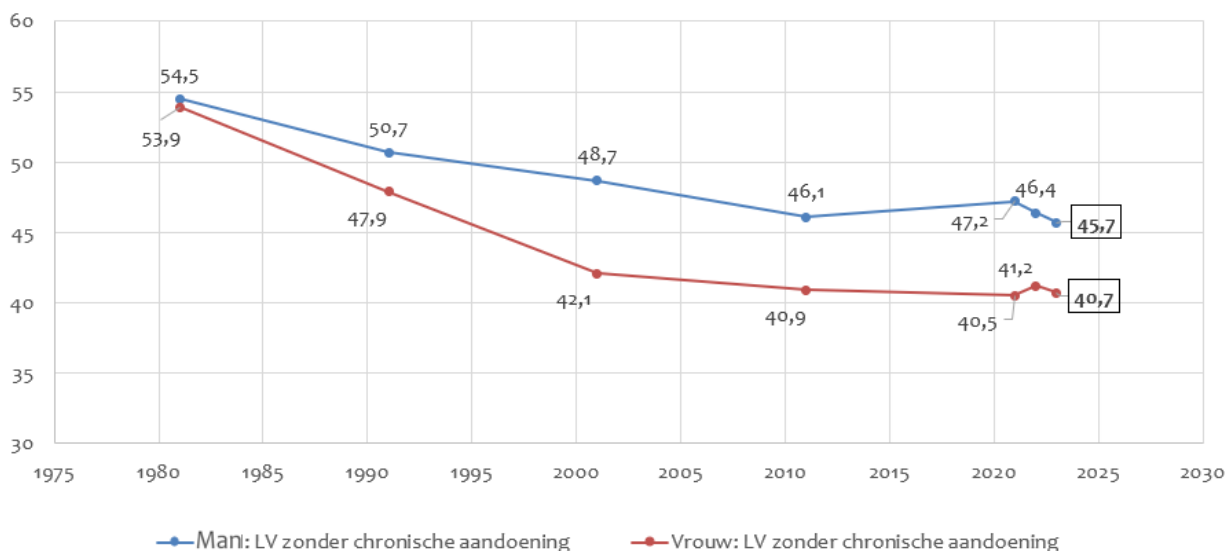
In deze nieuwsbrief geven we weer een update van 'alles' dat speelt! Laat ik maar meteen met de deur in huis vallen: er blijft een toename van het aantal mensen met chronische aandoeningen, **welke ook nog steeds op jongere leeftijd blijven voorkomen**: zie de grafiek van de cijfers van het CBS .

Bron: Toekomst Verkenning 2024 van het RIVM <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2024-0110.pdf> - Levensverwachting van het CBS (<https://www.cbs.nl/nl-nl/cijfers/detail/71950ned>).



Gezonde levensverwachting; vanaf 1981

Levensverwachting zonder chronische aandoening



Dus we moeten aan de slag blijven en volgens ons doen we dat ook. Er is dan ook vanalles te vertellen. Veel leesplezier.

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

1. Instructie film over website leefstijlapothekers

Er is een filmpje gemaakt over hoe de website van de leefstijlapotheker opgebouwd is. Handig om een keer te zien. Dat kan via: <https://deleefstijlapotheker.nl/wp-content/uploads/2025/02/video1841878776.mp4>

2. Database leefstijlprojecten

De [Coalitie Leefstijl in de Zorg](#) heeft een publieke database met praktijkvoorbeelden van leefstijlinitiatieven in en vanuit de zorg gelanceerd, als onderdeel van de "[Kennisbank Leefstijl in en vanuit de Zorg](#)". Deze database dient als een centrale en publieke plek waar kennisdeling gestimuleerd wordt en initiatiefnemers van elkaar kunnen leren.

De Apotheek Gezondheidscheck is eind 2024 toegevoegd aan de website:

<https://databasepraktijkvoorbeelden.leefstijl-kennisbank.nl/praktijkvoorbeelden/gezondheidscheck-in-de-apotheek/>

Database Praktijkvoorbeelden

Leefstijl in en vanuit de Zorg

Op deze Database staan verschillende praktijkvoorbeelden van leefstijlinitiatieven in en vanuit de zorg. Bekijk de praktijkvoorbeelden, raak geïnspireerd en leer van en met elkaar. Draag bij aan de groei en stimuleer de kennisdeling door jouw eigen leefstijlinitiatief als praktijkvoorbeeld toe te voegen.

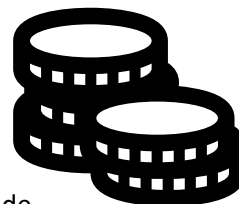
[Ga naar de praktijkvoorbeelden >](#) [Praktijkvoorbeeld toevoegen +](#)

 Coalitie
Leefstijl in de Zorg



Impuls voor implementatie van leefstijl: de implementatie voucher!

Veel organisaties en zorgprofessionals willen aan de slag met leefstijl in en vanuit de zorg, maar missen de middelen daarvoor. Vanaf juni 2024 kunnen zorginstellingen, zorgprofessionals of patiëntenorganisaties bij de Coalitie Leefstijl in de Zorg vouchers of coaching aanvragen.



De vouchers die de Coalitie uitdeelt kunnen een uitkomst bieden. Met de vouchers wil de Coalitie deze verandering in de zorg een impuls geven. Om samen te leren, ondervinden welke uitdagingen er zijn en wat er nog nodig is om leefstijl regulier onderdeel van de zorg te maken.

Meer info via: <https://leefstijlcoalitie.nl/implementatievoucher-en-coaching/>

3. Update gezondheidscheck

We hebben contact gehad met **de Hartstichting** over een mogelijke om preventieve projecten verder te ontwikkelen. Je kan denken aan het opzetten van Hartcheck punten:

<https://2diabeat.nl/2024/04/05/hartstichting-checkpunt-in-kampen/> Sandra Bon komt tijdens ons kwartaaloverleg hier over spreken.



HealthBox: Gezondheidsoplossing bij metabool syndroom

Voor leefstijlapothekers in de regio Utrecht, Leiden of Twente: Als je betrokken wil worden bij een innovatief en multidisciplinair project rond identificatie van mensen met metabool syndroom en vervolgens het bieden van (online) leefstijl ondersteuning/coaching via de HealthBox.

Dat is een (deels) digitale leefstijlinterventie bestaande uit telemonitoring, coaching en het linken aan lokale gezondheidsactiviteiten. Focus is op het personalisatie, op het geschikt maken van de interventie voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden en op

implementatie, dus echt het inbedden van de interventie in de bestaande zorg. Voor meer info zie: www.mijnhealthbox.nl. Voor meer informatie of om gewoon eens te sparren over preventieve zorgprojecten neem contact op met s.h.willems@lumc.nl



HEALTHBOX
HULP VOOR JOUW GEZONDHEID

Aan te raden podcasts over geïndiceerde preventie:

1. Podcast: Meer aandacht voor prediabetes

Beluister hier de podcast: [Meer aandacht voor prediabetes](#). Interessante inzichten voor verdere discussie over preventie en vroege diagnose. Huisarts Loïse Jacz deelde haar ervaringen over de groepsconsulten in Den Haag voor mensen met prediabetes, en de toeleiding naar (leefstijl)interventies in het gezondheids- of sociale domein. Via leefstijlapotheker Nienke Oosterhof zitten we aan tafel om mee te denken in het groepsconsult.

2. Podcast Life4Health

[Podcast: Vroege diagnose](#) – Belangrijke thema's zoals vroege detectie en preventieve zorg worden besproken. Ook komt aan bod hoe samenwerking met lokale partners, zoals gezondheidscentra, buurthuizen en sportverenigingen, kan bijdragen aan het creëren van een gezonde leefomgeving voor patiënten.

4. Kwartaaloverleg: 19 mrt 2025 (9u-10u30)



19 mrt '25 via teams	
9u00 – 9u10	Rogier Larik - leefstijlapotheker • Opening • Projecten: update
9u10 – 9u35	Sander Borgsteede – Healthbase • Resultaten onderzoek naar projecten leefstijlapothekers
9u35 – 10u00	Sandra Bon / Laura Slits – Hartstichting Hart checkpunten
10u00 – 10u30	Allen • Rondvraag

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

Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers 1e kwartaal 2025: deel 1

woensdag 19 maart 2025

09:00 - 10:00 (WET)

Koppeling naar vergadering: [Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers 1e kwartaal 2025: deel 1 | Microsoft Teams | Meetup-Deelnemen](#)

Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers 1e kwartaal 2025: deel 2

woensdag 19 maart 2025

09:30 - 10:30 (WET)

Koppeling naar vergadering: [Kwartaaloverleg Leefstijlapothekers 1e kwartaal 2025: deel 2 | Microsoft Teams | Meetup-Deelnemen](#)

5. Opleidingsdag over supplementen en interactie tussen medicijnen en voeding/suppletie

**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

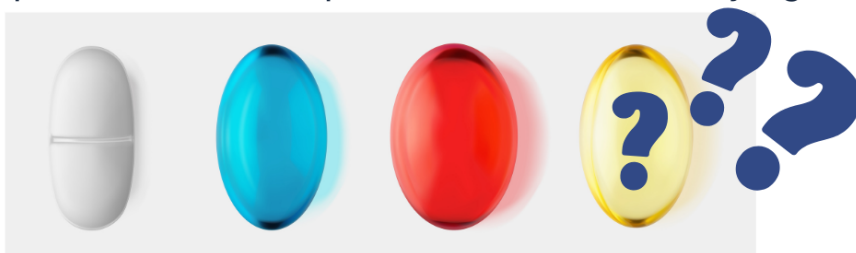
16 sept '25 in Eindhoven

7 oktober '25 in Woudenberg



Accreditatie 'Kleinschalig interactief onderwijs'

6 punten KNMP – 2 punten voor het leefstijlvignet



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

Meer info via: <https://opleidingtotleefstijlapotheker.nl/vervolgopleiding/>