

Beste leefstijlapotheker en -assistent,

Fantastisch dat je weer met ons meeleest! Samen bouwen we aan een toekomst waarin leefstijl steeds meer centraal staat in de apotheek. In deze nieuwsbrief delen we inzichten en hulpmiddelen om jou te inspireren en ondersteunen. Alles om jou te helpen het verschil te maken in de leefstijlapotheek.

Daarnaast staan er in het najaar weer diverse opleidingen en congressen op de planning, waarover je meer kunt lezen in deze nieuwsbrief.

Heb je suggesties, feedback of vragen? Neem dan contact met ons op: info@deleefstijlapotheker.nl

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

1. Kwartaaloverleg: 16 sept (9u-10u30)

We hebben deze ochtend enkele gasten:

1. WSO bestuurslid en apotheker bij healthbase **Sander Borgsteede** en apotheker **Anne van Ouwerkerk**: zij komen spreken over onderzoek naar leefstijlprojecten in de Nederlandse apotheek.
2. **Wico Mulder** – arts en netwerkadviser (Mentale Gezondheid & Welbevinden)

Rogier zal de meeting starten met het geven van een update over de leefstijlapotheker en ook het project Stoptober.

16 sept '24 (ma) via teams	
9u00 – 9u15	Rogier Larik - leefstijlapotheker • Opening • Stoptober: update
9u15 – 9u35	Sander Borgsteede & Anne van Ouwerkerk van Healthbase • Onderzoek naar leefstijlprojecten in de apotheek
9u35 – 10u15	Wico Mulder – arts en netwerkadviser (Mentale Gezondheid & Welbevinden) Mentale gezondheid van jongeren
10u15 – 10u30	Allen • Rondvraag

Link deel: **Rogier Larik heeft u uitgenodigd voor een Microsoft Teams-vergadering:**

Kwartaal overleg Leefstijlapothekers: deel 1

maandag 16 september 2024

09:00 - 10:00 (WET)

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

Kwartaal overleg Leefstijlapothekers: deel 2

maandag 16 september 2024

09:45 - 10:45 (WET)

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



en



2. Doe je mee aan Stoptober 2024?

De zomervakantie is voor velen voorbij en daarom nadert Stoptober met rasse schreden. Het 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 extra in de schijnwerpers te zetten!

Voor ons is het belang van stoppen met roken vanzelfsprekend, maar weet de buitenwereld wel wat een leefstijlapotheker doet? Laten we 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!!!

Inmiddels hebben al **35 apotheken** zich aangemeld om mee te doen, en we hopen dat jouw apotheek ook deelneemt ;-)

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

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



1. Stappenplan Stoptober Apotheek.



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.

3. Congressen en opleidingen 2024 - 2025

Opleiding tot leefstijlapotheker en leefstijlapothekersassistent

Hieronder het overzicht van de opleidingen voor apothekers en apothekersassistenten voor 2024-25:

OPLEIDING TOT LEEFSTIJLAPOTHEKER

Geaccrediteerd voor openbaar én ziekenhuisapothekers in vorm van 'kleinschalig interactieve scholing'

Groep Eindhoven: VOL 24 sept '24
Groep Schipluiden: 14 jan '25

www.opleidingtotleefstijlapotheker.nl

Opleidingsdag 8
De zin en onzin van supplementen & interacties tussen geneesmiddel en voeding en supplement

Remko Kuipers & Rinske Pauw

5 november '24 Woudenberg: VOL
19 november '24 Eindhoven: nog 10 plekken
26 november '24 Schipluiden: nog 6 plekken

Incl. vit D zelftest!

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

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

Opleiding tot leefstijl-apothekersassistent 2025

Geaccrediteerd door optimaforma & NVFZ (KABIZ)

- 3 daagse opleiding voor apothekersassistenten en farmaceutisch consultant
- 4 inspirerende sprekers
- Inclusief 'meten is weten'-pakket

Nieuwe groep start op:
• 8 januari '25 in Haarzuilens

Preventie Leefstijl Gezondheid

[WWW.OPLEIDINGTOTLEEFSTIJLAPOTHEKERSASSISTENT.NL](http://www.opleidingtotleefstijlapothekersassistent.nl)

De opleiding tot leefstijlapotheker en opleidingsdag 8 zijn geaccrediteerd voor 'kleinschalig interactief onderwijs'. Mocht je de opleiding tot leefstijlapotheker of opleidingsdag 7 nog niet gevolgd hebben, ook dan ben je welkom om in te schrijven voor opleidingsdag 8 over supplementen. <https://opleidingtotleefstijlapotheker.nl/data-en-locaties/>

Symposium leefstijlapothekers: Mentale gezondheid in eigen hand



Het is bekend dat een gezonde leefstijl zorgt voor een gezonder leven en een groter gevoel van geluk. En dat een ongezonde leefstijl lichamelijke klachten kan veroorzaken of verergeren. Chronische aandoeningen, zoals diabetes type 2, hart- en vaatziekten, hebben een sterke relatie met leefstijl en leefomgeving. Er is steeds meer bewijs dat leefstijlfactoren ook een grote invloed hebben op mentale gezondheid.

Leefstijlinterventies kunnen mentale klachten en zelfs psychiatrische aandoeningen aanzienlijk beïnvloeden. Zowel in de preventie als de behandeling van psychische klachten is stimuleren van een gezonde leefstijl dus cruciaal. Het vakgebied van de leefstijlpsychiatrie is dan ook in opkomst.

<https://www.paofarmacie.nl/cursussen/symposium-leefstijlapothekers-mentale-gezondheid-eigen-hand>

Data

28 november 2024

Tijden

Ontvangst van 8.30-9.00 uur
Start: 9.00 uur

Kosten

€ 340,00 (Excl. 21% BTW)

Locatie

Van der Valk Hotel Breukelen
Stationsweg 91, 3621 LK Breukelen

De Week van Arts en Leefstijl 2024 | 4 t/m 7 november | Duurzaam Samen!

Heb jij al je plek gereserveerd voor het Arts en Leefstijl-congres. Het is het grootste geaccrediteerde leefstijlcongres van Nederland, speciaal voor en door zorgprofessionals!

Wanneer? 4, 5, 6 november 's avonds online en 7 november overdag zowel online als fysiek bij de Rabobank in Utrecht. De avonden worden georganiseerd in samenwerking met de Coalitie Leefstijl in de Zorg.

Programma

Tijdens ons congres laten we zien hoe leefstijl, leefstijlgeneeskunde en Health in All Policies de sleutel zijn tot een gezonder Nederland. Inspirerende sprekers, waaronder Evelyn Brakema, Bas Bloem, James Kinross, Max Nieuwdorp, Tineke Abma en vele anderen delen hun visie.

Lees hier meer over ons congres en het volledige programma op:
<https://www.artsenleefstijl.nl/congres>



4. Verkiezing: Leefstijlprofessional van het jaar 2024!

Leefstijl is een cruciale pijler voor gezondheid, en daarom is de verkiezing van de 'Leefstijlprofessional van het jaar 2024' van groot belang. Deze titel eert zorgprofessionals die vooroplopen in leefstijlgeneeskunde en actief bijdragen aan een gezondere samenleving. De winnaar wordt bekendgemaakt op donderdag 7 november tijdens ons congres 'De Week van Arts en Leefstijl'. Nomineer nu jouw favoriet!

Welke zorgprofessional die jij kent verdient deze titel? Klik hier om die persoon te nomineren: <https://www.artsenleefstijl.nl/congres/leefstijlprofessional-verkiezing>

