

Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

Beste leefstijlapotheker en -assistent,

De beweging van leefstijlapothekers groeit. Wat begon als pionieren, ontwikkelt zich steeds meer tot een stevige positie binnen de zorg. En dat is nodig — want de maatschappelijke urgentie neemt alleen maar toe.

In deze nieuwsbrief praten we je bij over nieuwe ontwikkelingen, samenwerkingen en scholingsmogelijkheden die onze rol verder versterken.

1. Nieuw: FTO-databank Leefstijl

We hebben een **losse FTO-databank** ontwikkeld speciaal voor leefstijlapothekers.

Hierin vind je praktische FTO-materialen rondom leefstijlgerelateerde thema's die je direct kunt inzetten in je overleg met huisartsen en andere zorgverleners.

- ◆ Eenmalig aanmelden
- ◆ Praktisch toepasbaar in de regio

Meer informatie en aanmelden: 🖱️ <https://deleefstijlapotheker.nl/fto-leefstijl/>

Met deze databank maken we leefstijl structureel onderdeel van farmacotherapeutisch overleg. Heb je zelf een FTO welke je wilt delen met andere zorgverleners, stuur deze door naar rogierlarik@deleefstijlapotheker.nl

2. Urgentie groeit: 400.000 mensen met onontdekte diabetes

Het belang van onze inzet wordt opnieuw onderstreept door recente cijfers: volgens berichtgeving van het Diabetes Fonds hebben **400.000 mensen in Nederland diabetes zonder het te weten**.

🖱️ <https://nos.nl/artikel/2601689-diabetes-fonds-400-000-mensen-hebben-diabetes-zonder-het-te-weten>

Dit betekent:

- Grote groep mensen met verhoogd cardiovasculair risico
- Gemiste kansen voor vroege leefstijlinterventie
- Toenemende druk op medicamenteuze behandeling

Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

Juist hier ligt onze kracht: vroeg-signalering, het leefstijlgesprek aan de balie, en samenwerking met GLI-aanbieders en huisartsen.

Wat hebben wij als leefstijlapothekers hiervoor in de aanbieding:

- 1) Informatieavond over Leefstijl en Diabetes: <https://deleefstijlapotheker.nl/dossier-diabetes/#InformatieavondoverLeefstijlenDiabetes>
- 2) VBA Diabetes: <https://deleefstijlapotheker.nl/very-brief-advice-overzicht/#Diabetes>
- 3) Diabetes Risico-test: <https://deleefstijlapotheker.nl/diabetes-risicotest/>

Onderstaand A6-je kan je meegeven in de apotheek (zie ook themakalender):

Wees er op tijd bij!

Bent u 45 jaar of ouder? Dan heeft u misschien een verhoogd risico op diabetes type 2, ook wel suikerziekte genoemd. Het is verstandig om elk jaar de diabetes risicotest te doen. De test geeft een betrouwbare schatting van uw kans op diabetes.

Misschien heeft u al diabetes zonder dat u het weet.

Door de test nu te doen, kunt u er misschien nog op tijd bij zijn.



Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

3. Lustrumcongres: *Leefstijl is een krachtig medicijn*

Het lustrumcongres van Care for Cure stond volledig in het teken van de kracht van leefstijl. Wat vooral opviel: de sprekers gaven unaniem aan onder de indruk te zijn van de beweging van leefstijlapothekers.



Er werd duidelijk uitgesproken dat samenwerking steeds meer vorm krijgt. Denk aan:

- Zichtbaar worden op vitaalkaart.nl
- Verdere doorontwikkeling van het **GLI-M-protocol**
- Meer inhoudelijke verdieping rondom **obesitas-medicatie**
- Verbinding tussen leefstijlinterventies en farmacotherapie

En dit is pas het begin — er komt nog veel aan. Want uit de workshops is het volgende idee geboren => We gaan met een zo groot mogelijke groep leefstijlapothekers fietsen langs alle grote zorgverzekeraars om bekendheid te genereren en in gesprek te gaan. Details volgen later!!!



Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

Dat onze rol steeds zichtbaarder wordt, blijkt ook uit **PW nummer 5**, waarin maar liefst 4 leefstijlapothekers in de spotlights stonden. Ik vond dat ik de titel van het weekblad eenmalig mocht aanpassen naar het 'Leefstijlapothekers weekblad'.

Een prachtige erkenning van de beweging die we samen hebben opgebouwd.



Emeritus prof. dr. J.R.B.J. Brouwers (klinisch farmacoloog en ziekenhuisapotheker) kon het niet mooier samenvatten: Onze leefstijlapothekers wacht een schone taak!

<https://www.pw.nl/achtergrond/2026/hoe-voeding-onze-toekomst-bepaalt>

Hoe voeding onze toekomst bepaalt

Onze leefstijlapothekers wacht een schone taak

PW5 - 30-01-2026 | door Koos Brouwers

Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

4. VBA in de apotheek

Goed nieuws voor apotheekteams in regio Den Haag die werk willen maken van leefstijl in de dagelijkse praktijk. Dankzij een ontvangen implementatievoucher van de Coalitie Leefstijl in de Zorg kunnen leden van de Apothekers Coöperatie Haaglanden (ACH) kosteloos deelnemen aan dit traject.

In samenwerking met zorgorganisatie Reos wordt de training 'Leefstijl in de apotheek: Very Brief Advice (VBA)' aangeboden. Zoals bij jullie bekend is dat een korte, bewezen effectieve methode waarmee apothekers en apotheekmedewerkers in minder dan een minuut het gesprek over leefstijl kunnen openen. Met een eenvoudige en gestructureerde aanpak leren teams hoe zij patiënten kunnen motiveren tot gezondere keuzes en gericht kunnen doorverwijzen naar passend aanbod in de wijk.

De training bestaat uit 3 bijeenkomsten, aangevuld met een e-learning. Mogelijk zal deze training na deze pilot verder het land in gaan. We houden jullie op de hoogte.



5. E-learning: Leefstijl & preventie in de apotheek

Wil je jezelf of je team verder verdiepen in leefstijl en preventie?

Er zijn praktische e-learnings ontwikkeld die specifiek gericht is op toepassing in de apotheek.

- ✓ Toepasbaar in dagelijkse praktijk
- ✓ Focus op preventie en leefstijl
- ✓ Direct inzetbaar in patiëntgesprekken

Meer informatie: 🖱 <https://careforcure.nl/e-learning/>

Een mooie stap om leefstijl structureel onderdeel te maken van jullie werkwijze.

Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

6. Nieuwe opleidingen in aantocht

De opleiding tot leefstijlapotheker blijft groeien. Er komen nieuwe opleidingsgroepen aan.

Ken jij collega's die deze kennis ook zouden moeten ontwikkelen? Attendeer hen dan op de nieuwe startdata.

Beste apotheker,
Nederland telt nu 575
leefstijlapothekers!

Deze beweging heet je welkom.
En de opleiding ook!

OPLEIDING TOT LEEFSTIJLAPOTHEKER

Groep Woudenberg:	vanaf 17 mrt '26
Groep Ouderkerk:	vanaf 7 april '26
Groep Eindhoven:	vanaf 19 mei '26
Groep Schipluiden:	vanaf 21 sept '26

Accreditatie voor
'Kleinschalig interactieve scholing'

www.opleidingtotleefstijlapotheker.nl

2026
Opleiding tot
leefstijlapothekersassistent

+ Geaccrediteerd door optimaforma & NVFZ (KABIZ)	+ 4 inspirerende sprekers
+ 3 daagse opleiding voor apothekersassistenten en farmaceutisch consultants	+ Inclusief 'meten is weten'-pakket

4 feb '26 in Eindhoven (gestart)
17 juni '26 in Haarzuilens
7 okt '26 in Zwolle

WWW.OPLEIDINGTOTLEEFSTIJLAPOTHEKERSASSISTENT.NL

Hoe groter onze groep, hoe sterker onze stem binnen de zorg.

Samen bouwen aan gezondheid – 2026 in beweging

6. Bijdrage aan het KNMP-congres

Als leefstijlapothekers mogen we een bijdrage leveren aan het congres van 10 maart. We gaan het congres in beweging brengen en laten ontspannen! Daarnaast promoten we zo 'leefstijl in de apotheek'. <https://voorjaarscongres26.knmp-events.nl/>

Doen jullie mee?

11:20 11:30	Apothekers in beweging Rogier Larik en Anne-Margreeth Krijger Beatrix Theater Minder informatie Weet je 't niet? Dan beweeg je! Een energiek, interactief onderdeel dat deelnemers in beweging brengt midden in een zittend congres. In slechts acht minuten prikkelt deze werkvorm het bewustzijn over leefstijl en chronische aandoeningen.
15:00 15:10	Apothekers in beweging Ellen Willems en Rinske Pauw Beatrix Theater Minder informatie Ontspannend en interactief intermezzo met een korte ademhalingsoefening die helpt de hartslag te verlagen en de concentratie te verbeteren door activatie van de parasympaticus. Vervolgens worden de aanwezigen uitgenodigd om een recente verandering in het werk in de apotheek, die heeft geleid tot meer werkplezier, te delen met iemand voor of achter hen in de zaal.

Samen verder

De beweging van leefstijlapothekers wordt serieuzer genomen. We krijgen podium, invloed en samenwerkingskansen. Maar de cijfers rondom chronische aandoeningen laten zien dat onze inzet harder nodig is dan ooit.

- *We hebben de kennis*
- *We hebben de positie*
- *En we hebben een grote groep*

Laten we samen verder bouwen aan een zorgsysteem waarin leefstijl vanzelfsprekend onderdeel is van ons werk.

Gezonde groet,

Rogier, Rinske, Nienke, Ellen en Anne-Margreeth