



Nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie

Welkom bij de nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie! Deze nieuwsbrief is bedoeld om beleidsadviseurs, zorg- en welzijnsprofessionals en andere geïnteresseerden uit de regio Gooi en Vechtstreek op de hoogte te houden van belangrijke ontwikkelingen, aankomende bijeenkomsten en nuttige informatie.

Ontvang je deze nieuwsbrief niet automatisch, maar heb je hier wel interesse in? Meld je dan aan via [deze](#) link.

Mocht je relevante nieuwsitems hebben, stuur deze dan naar d.florenza@ggdgv.nl.

Veel leesplezier!

Inhoud

- [Apothekers in Gooi en Vecht gestart met opleiding tot leefstijl apotheker](#)
- [Leefstijlloket Gezond Wijdmeren geopend!](#)
- [Radiofragment: Alice Langeveld en Mariska Brinkers in gesprek over gezondheid en leefstijl](#)
- [Commerciële determinanten van gezondheid](#)
- [Artikel Nu Niet Zwanger met Elleke van Duijn en Sanne de Loor](#)
- [Info avond over roken en vaperen](#)
- [Doe mee met IkPas!](#)
- [Serie 'Anders Kijkers': Franka Pot](#)
- [Bijeenkomsten en campagnes](#)

Apothekers in Gooi en Vecht gestart met opleiding tot leefstijl apotheker



Eind oktober zijn de meeste apothekers in de regio Gooi en Vechtstreek begonnen met de opleiding tot leefstijl apotheker.

Tijdens de eerste scholingsdag was Remko Kuipers, apotheker en cardioloog, te gast als spreker. Hij is gepromoveerd op leefstijl en evolutionaire geneeskunde. De apothekers kregen uitleg over insulineresistentie en het metabool syndroom en verdiepten zich in de pathofysiologie hiervan. Vanuit een pathofysiologisch en evolutionair perspectief werd uitgelegd hoe leefstijlinterventies metabole ontregeling kunnen corrigeren.

In totaal volgen er nog vijf scholingsdagen, waarvan de laatste in april 2025 plaatsvindt. Deze praktijkdag richt zich op de implementatie van leefstijl in de dagelijkse apotheekpraktijk, waarbij verschillende ketenpartners aanwezig zullen zijn.

Leefstijlloket Gezond Wijdmeren geopend!

Al geruime tijd bestaat binnen Gezond Wijdmeren de wens om een centrale plek te creëren waar inwoners van Wijdmeren terecht kunnen voor handvatten en begeleiding op het gebied van leefstijl. Het is gelukt en vanaf nu is er het:

GEZOND
Wijdmeren

Leefstijlloket Gezond Wijdmeren!

Er is budget en er zijn getalenteerde mensen om de komende twee jaar (en mogelijk langer) het Leefstijlloket Gezond Wijdmeren vorm te geven; twee uur per kern per week. In Kortenhoef en Nederhorst den Berg door Susanne Renkema en in Loosdrecht door Bianca Rutten, beiden leefstijlcoach.

Meer informatie is te vinden via de website gezondwijdmeren.nl.

Radiofragment: Alice Langeveld en Mariska Brinkers in gesprek over gezondheid en leefstijl



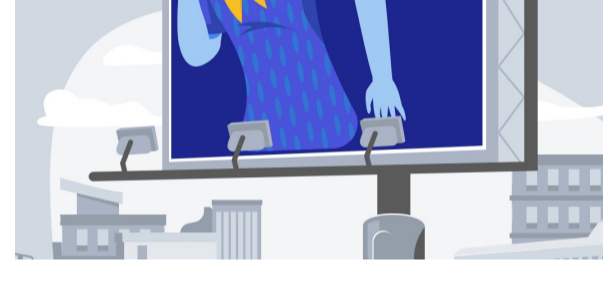
In Nederland worden we gemiddeld steeds ouder, maar helaas worden we ook zo'n tien jaar eerder ziek dan in de jaren '60. Hoe komt dit, en wat kunnen we eraan doen? Over deze vragen gingen dermatoloog Alice Langeveld (Tergooi MC) en huisarts en diabetesdocent Mariska Brinkers op 2 november in gesprek in het radioprogramma *NG Gooi Spreekuur*.

Het radiofragment kun je via [deze](#) link terugluisteren.

Commerciële determinanten van gezondheid

In de preventieve gezondheidszorg voelt het vaak als dweilen met de kraan open, doordat bedrijven continu inwoners verleiden tot ongezond gedrag, wat leidt tot ziekte en milieuschade.

Deze invloeden worden aangeduid als 'commerciële determinanten van gezondheid'. Vier industrieën (sterk bewerkte voedingsmiddelen, tabak, alcohol en fossiele brandstoffen) zijn verantwoordelijk voor maar liefst één derde van de wereldwijde sterfte, door hun bijdrage aan ongezonde omgevingen en gedragingen.



Het Gezond Leven Netwerk heeft deze [infographic](#) en deze [slidedeck](#) ontwikkeld waarin je meer informatie kunt vinden over de stappen die gemeenten kunnen ondernemen om de commerciële determinanten van gezondheid in kaart te brengen.

Meer details zijn te vinden op de website van [Gezond Leven Netwerk](#).

In lijn hiermee verscheen onlangs een interessant filmpje van het LIKE-onderzoek, waarin ongezond gedrag en systeemdenken centraal staan. Het filmpje is [hier](#) te bekijken.

Artikel Nu Niet Zwanger met Elleke van Duijn en Sanne de Loor



Een leuk artikel over het programma Nu Niet Zwanger stond deze week in de krant. Hierin vertelt Elleke van Duijn en Sanne de Loor over hun rol aan het doot. Moie programma is ook een cliënt en het doet. Het programma is erop gericht dat hulpverleners de juiste handvatten hebben om een open gesprek over iemands kinderwens aan te gaan. Met als doel om mensen in een kwetsbare situatie weer de eigen regie op hun kinderwens te geven.

Lees het artikel [hier](#).

Meer weten over het programma? Kijk op: ggdgv.nl/nnz.

Info avond GGD over roken en vaperen

Benieuwd naar de impact van roken en vaperen op je gezondheid of die van je kinderen? Kom op 9 december om 19.30 naar de info-avond met longarts Dr. M. de Gier en kinderarts Dr. C. Lasham. Zij delen inzichten over de gevolgen voor de longgezondheid, risico's voor jongeren, feiten over e-sigaretten en stoppen met roken.



Locatie: Willibrordkerk, Kerkstraat 32 Nederhorst den Berg.

Aanmelden kan via gezondwijdmeren.nl of door een mail te sturen naar info@gezondwijdmeren.nl.

Doe mee met IkPas!



Doet jouw organisatie ook mee met de campagne [IkPas?](#) De challenge om 30 dagen geen alcohol te drinken in januari. Een goed begin van het nieuwe jaar!

Het doel van IkPas is het creëren van bewustwording over alcoholgebruik en mensen minder te laten drinken. Want drinken is vaak een gewoonte. Door 30 dagen geen alcohol te drinken voelen mensen wat alcohol met hen doet. Vaak slapen ze beter, vallen ze af en voelen ze zich fitter. Een belangrijk resultaat is dat deelnemers gemiddeld minder gaan drinken na IkPas en bewuster kiezen voor het al dan niet drinken van alcohol. IkPas draagt daarmee bij aan gezondere inwoners in jouw gemeente.

Doe mee met IkPas

GGD Gooi en Vechtstreek geeft in de regio bekendheid aan deze actie onder meer via buitenreclame en social media. Willen jullie ook aandacht geven aan deze campagne? Er zijn verschillende materialen beschikbaar om IkPas te promoten. Kijk [hier](#) voor het overzicht.

Serie 'Anders Kijkers': Franka Pot

In de GGD-serie 'Anders Kijkers' delen inwoners en professionals hun ervaringen met Positieve Gezondheid. In oktober verscheen een artikel met sociaal werker Franka Pot. Na een ongeval belandde ze thuis, maar haar focus bleef op de vraag **'Wat kan ik wél doen?'**.

Als sociaal werker Welzijn op Recept bij Versa Welzijn helpt Franka andere mensen hun leven een nieuwe wending te geven. Hulpverleners, zoals huisartsen en praktijkondersteuners, kunnen naar haar doorverwijzen als zij het idee hebben dat iemand op sociaal vlak iets mist.



Franka ervaart telkens weer voldoening wanneer ze ziet dat iemand dankzij haar hulp gelukkiger in het leven staat. Door breed naar een situatie te kijken en veel vragen te stellen, kan ze mensen écht verder helpen.

Lees het volledige artikel [hier](#).

Bijeenkomsten en campagnes

Bijeenkomsten

- 9 december (19.30): info-avond over roken en vaperen. Aanmelden kan via [deze](#) link
- 10 december (19.30-21.00): webinar Leefstijlroer. Aanmelden kan via [deze](#) link
- 12 december (20.00-21.00): online ouderavond alcohol en andere middelen. Aanmelden kan via [deze](#) link

Heb je nog vragen over de coalitie Gezond Leven en Preventie? Dan kun je terecht bij projectmedewerker IZA Doris Florenza d.florenza@ggdgv.nl.