

8 februari 2024

# Inspiratiecongres Leefstijl in de ziekenhuiszorg



NEDERLANDSE FEDERATIE VAN  
UNIVERSITAIR MEDISCHE CENTRA

**NVZ** Nederlandse  
Vereniging van  
Ziekenhuizen

# Inspiratiecongres Leefstijl in de Ziekenhuiszorg

Terugblik & meer informatie

## Inhoudsopgave

- Visuele samenvatting van het congres
- Reacties van aanwezigen
- De organisatie en contactpersonen
- Sessies & zelf aan de slag
- Bouwstenen voor vervolg
- Lopende trajecten vanuit de Coalitiedeelnemers
- Beschikbare materialen vanuit de Coalitiedeelnemers
- De leefstijl patiëntreis



Pg. 2 • Op de hoogte blijven van alle ontwikkelingen? Abonneer je op de [nieuwsbrief](#).

# Visuele samenvatting congres



## Leefstijl in de Zorg

het verschil maken doe je samen!  
AFAS FOUNDATION



**BERTINE LAHUIS**  
OP ZOEK NAAR DE NIEUWE RIJLIERING!

praat eens met iemand die er niets mee heeft!

Voor een langer en gezonder leven

ER IS EEN BREED AKKOORD MAAR...  
ZORVRAAGT ZORGPERSONEEL  
DOEN WE DE JUISTE DINGEN?

KLOPT DE BASIS?  
WONEN & WERKEN & ZORG  
ik kan er niet bij  
MAAR IS HET BESCHIKBAAR VOOR IEDEREEN?

**HET LEEFSTIJL ZORGLOKET**

Ja, maar de buurvrouw zegt...

ethisch Raamwerk!

je vindt ons in de tweede lijn

INGEBED IN ZIEKENHUIS

DE WEG WIJZEN

DE VRAAG VAN DE PATIENT ↔ WAT HELPT

je leefstijl is thuis

We willen uit die bubbel!

EVA SMIT, JOOST VAN DE MORTEL, LIESBETH VAN ROSSUM

dokters leren van dokters! en doe er wat competitie bij!

waar bleven jullie?

WAT TELT: INSPANNING? OF RESULTAAT?

**VAN ZIEKENHUIS NAAR GEZONDHEIDSHUIS**

ELKE ARTS BEKEND MET HET LEEFSTIJL-ZORGLOKET

VITALITEIT

MIJN VERHAAL IS AL JAREN HETZELFDE!

**JEROEN KLUYTMANS**

WAAR MAG JE DE PAUZE VOOR GEBRUIKEN CULTUURI

ME TEN IS WETEN

**SANNE NIEMER**

www.pharos.nl

We hebben maar 3 laaggeletterden geregistreerd

bril vergeten, sorry...

STRESS

DE KWETSBARE MENS

- LEeft 6 JAAR KORTER
- CHRONISCHE AANDOENINGEN
- STRESS CHRONISCH / ACUUT

laaggeletterd

BEPERKTE GEZONDHEIDSVAA RDIGHEDEN

STEL GOEDE VRAGEN!

kunt u mij vertellen wat u nu moet doen?

HET VAARDIGE ZIEKENHUIS

**MARJOLEIN DE JONG**

MAAK HET MAKKELIJK!

DE EETSCORE

ROGIER VERSTRALEN DE ZORG ONTZORGEN!

WUR

hoe lang werkt deze interventie?

maar geld is wel een dingetje...

BETER VERWIJS MEEDOEN?

YES!

bijna niemand...

VAN EEN BELEIDSPLAN GAAT NIEMAND BEWEGEN...

ZELF ROOSTEREN

GEEF REGIE

LOS HET OP IN HET WERK

GEEN PROJECT

IN DIALOOG

NEEM DE TIJD!

Thea@deBetekenaar.nl

Pg. 3 • Op de hoogte blijven van alle ontwikkelingen? Abonneer je op de nieuwsbrief.

# Reacties van aanwezigen



**Pg. 4** • Op de hoogte blijven van alle ontwikkelingen? Abonneer je op de [nieuwsbrief](#).

# De organisatie en contactpersonen

## Organiserende partijen

- **NVZ**  
Niels Oerlemans • [n.oerlemans@nvz-ziekenhuizen.nl](mailto:n.oerlemans@nvz-ziekenhuizen.nl)
- **NFU**  
Anouk Middelkamp • [middelkamp@nfu.nl](mailto:middelkamp@nfu.nl)  
Marjo Knapen • [knapen@nfu.nl](mailto:knapen@nfu.nl)
- **Radboudumc & Beter Verwijs**  
Rogier Verstralen • [rogier.verstralen@radboudumc.nl](mailto:rogier.verstralen@radboudumc.nl)  
Bart Kiemeney • [bart.kiemeney@radboudumc.nl](mailto:bart.kiemeney@radboudumc.nl)
- **TNO & Coalitie Leefstijl in de Zorg**  
Dide Reijmer • [dide.reijmer@tno.nl](mailto:dide.reijmer@tno.nl)  
Roos Lebacks • [roos.lebacks@tno.nl](mailto:roos.lebacks@tno.nl)

## De Coalitie Leefstijl in de Zorg

Meer dan de helft van de volwassen Nederlanders, dat zijn 9 miljoen mensen, heeft één of meerdere veelal chronische ziekten. Leefstijlaanpassingen hebben een enorme potentie voor de gezondheid en kwaliteit van leven van deze groep. [De Coalitie Leefstijl in de Zorg](#) wil door implementatie van leefstijl in de zorg gezondheidswinst voor hen behalen.

De Coalitie Leefstijl in de Zorg is tijdelijk (tot eind 2025) en wordt gecoördineerd door TNO, in afstemming met VWS. Daarnaast zijn de Patiëntenfederatie, NFU en Vereniging Arts & Leefstijl verantwoordelijk voor de dagelijkse organisatie van de Coalitie. Het is een Coalitie van en voor deelnemers, zoals InEen, NVZ, NHG, KNMG, KNGF en vele anderen. Hun experts doen actief mee in de zeven teams van de Coalitie.

De voortgang kan iedereen volgen via de website van de Coalitie, de nieuwsbrief en bijvoorbeeld ook de [podcasts](#). Meer lezen? Ga dan naar de website via [deze link](#).

# Urgentie en noodzaak

## Waarom doen we dit ook alweer?

### Sprekers:

#### ● Bertine Lahuis

Voorzitter NFU en Raad van Bestuur Radboudumc

“Natuurlijk doet het ertoe: wat je eet, hoe je leeft.

Dat is logisch. Tegelijkertijd zijn er nog steeds genoeg mensen in de zorg die zeggen: wat is het bewijs voor preventie? Het kost geld en het kost tijd. Het is belangrijk dat we *preventie op waarde gaan schatten*. Uit het VWS-rapport Preventie op waarde schatten blijkt dat er geen reden is om anders om te gaan met preventie dan met andere interventies in de zorg.

We hebben een missie te verkondigen en een verhaal daarbij te vertellen. Het is een combinatie van boerenverstand,

bewustzijn en beleid. Deze B's helpen om leefstijl op de agenda te zetten.

Er zijn veel programma's rondom preventie, maar die zijn vooral binnen handbereik voor de sociale laag die hier zit. De laag die het minder goed heeft, is minder goed bereikbaar. Dat is niet wat we willen. Grote verschillen in maatschappij leiden tot maatschappelijk onrust.

Het IZA geeft de urgentie aan: de zorg is niet meer betaalbaar en bereikbaar voor iedereen in de samenleving. Dat moet anders. Het is de verantwoordelijkheid van ons allemaal. Leefstijl beperkt zich niet alleen tot de zorg, daar zijn patiënten slechts gasten voor korte tijd. In hun eigen leefomgeving moet het plaatsvinden. Wij kunnen daar als zorg- en kennisinstellingen bij helpen.”

“Bespreek het onderwerp **Leefstijl in de Zorg eens met twee mensen die hier vandaag niet zijn**”



# Leefstijl zorgketten inspiratie

## Vraaggesprek

### Sprekers:

#### ● Liesbeth van Rossum

Internist-endocrinoloog en hoogleraar obesitas bij Erasmus MC en voorzitter PON.

"Een leefstijl zorgloket is onderdeel van de medisch-specialistische zorg. Het moet deel uitmaken van je behandeling. Het is belangrijk om je momentum te pakken tijdens het gesprek met de patiënt."

#### ● Eva Smit

Programmamanager Preventie Rijnstate Ziekenhuis

"We hebben geen leefstijlloket, maar een gezondheidsplein, om aan te geven dat het om gezondheid in de breedte gaat. Je leefstijl is thuis, daar moet je het tot een gewoonte maken."

"Twee jaar geleden begonnen we met 10 enthousiaste dokters, nu zijn het er 150."

#### ● Joost van de Mortel

Manager Bedrijfsvoering Jeroen Bosch Ziekenhuis

"Het doorberekenen van de businesscase krijg je niet voor elkaar op de korte termijn. Je weet dat het goed is, wat je doet. Daarin geloven is belangrijk."

"We hoeven niet bang te zijn voor te weinig omzet. Er komt meer zorg op ons af dan we nu aankunnen."

### Handige links:

#### ● Webinar:

Leefstijl zorgloket Ziekenhuizen door Erasmus MC en Coalitie Leefstijl in de Zorg

#### ● Video:

"Het leefstijlgesprek in het Jeroen Bosch Ziekenhuis"

#### ● Podcast:

Handelingsverlegenheid en het leefstijl zorgloket

#### ● Checkoorzaken-overgewicht.nl

Abonneer je op de [nieuwsbrief](#) van de Coalitie Leefstijl in de Zorg voor meer handige informatie, tips en inspiratie.

# Bereiken en betrekken

## Van mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden

### Sprekers:

- **Sanne Niemer**  
adviseur gezondheidsachterstanden  
Pharos

"We spreken vaak van health in all policies. Wij willen pleiten voor health equity in al policies: sommige mensen hebben een andere startpositie en hebben daardoor iets extra's nodig. Daarvoor moet je differentiëren in aanpak of behandeling. Juist door de ongelijke behandeling bereik je meer effect.

Bij mensen in een kwetsbare positie komt chronische en acute stress veel meer voor. Dit heeft effect op de gezondheid en de mogelijkheid om behandelingen te volgen of gezond te leven.

Ook laaggeletterdheid heeft veel invloed: 2,5 miljoen Nederlanders zijn laaggeletterd. Dan is de gezondheidszorg behoorlijk ingewikkeld.

Belangrijk is om het bespreekbaar te maken, maar wel met respect. Het is goed om de terugvraagmethode te gebruiken: 'Kun je mij vertellen wat we net hebben besproken?'

Persoonsgerichte zorg is belangrijk: wie heb ik tegenover mij en wat speelt er? Als iemand al veel stress ervaart in het leven, gaat stoppen met roken moeilijk worden."



### Handige links:

- [Pharos advies voor 'een ziekenhuis voor iedereen'](#)
- [Succesvol omgaan met de GLI volgens Pharos](#)
- [Doelgroepen onderzoek naar motivatie van patiënten t.a.v. leefstijl](#)

Abonneer je op de [nieuwsbrief](#) van de Coalitie Leefstijl in de Zorg voor meer handige informatie in de toekomst



# Signaleren, agenderen en verwijzen

Maak het de zorgverlener zo gemakkelijk mogelijk

## Sprekers:

### ● Marjolein de Jong

Voorzitter Raad van Bestuur Ziekenhuis  
Gelderse Vallei

“In ons ziekenhuis hebben we het eZorgpad Eetscore opgezet, dit is een vragenlijst die is ontwikkeld samen met de Wageningen Universiteit. Hiermee krijgt de patiënt inzicht in zijn of haar eetgewoontes, maar dit is ook gekoppeld aan het EPD van de zorgverlener. Zo is er meteen een opening voor een gesprek.”



### ● Rogier Verstralen

Projectleider Radboudumc  
Beter Gezond en Beter Verwijs

“Artsen willen ontzorgd worden als het gaat om leefstijlgeneeskunde, ze willen snel kunnen verwijzen naar de juiste professional. Met Beter Verwijs hebben we een online verwijssysteem, dat op landelijk niveau alle leefstijlinitiatieven in kaart brengt en actueel blijft. Inmiddels hebben al een flink aantal ziekenhuizen zich aangesloten.”



## Handige links:

- Video: Internist-vasculair geneeskundige Remy Bemelmans over hoe hij de Eetscore inzet
- Alliantie Voeding in de Zorg over de Eetscore
- Beter Gezond en Beter Verwijs
- Meld uw ziekenhuis aan voor gratis\* trainingen effectieve leefstijlgespreksvoering en gebruik van Beter Verwijs

\*Bij voldoende aanmeldingen zal AFAS Foundation dit financieren.

# Vitaliteit van ziekenhuismedewerkers

## Sprekers:

- **Jeroen Kluytmans**  
Manager Employability DSM-firmenich

“Vitaliteit is niet iets wat je naast je werk kunt verbeteren, met alleen een sportschoolabonnement of fruit op het werk. Het is belangrijk om dit binnen het werk te organiseren. Werkdruk los je niet op door een mindfulnesscursus aan te bieden. Toch gebeurt dat nog steeds.

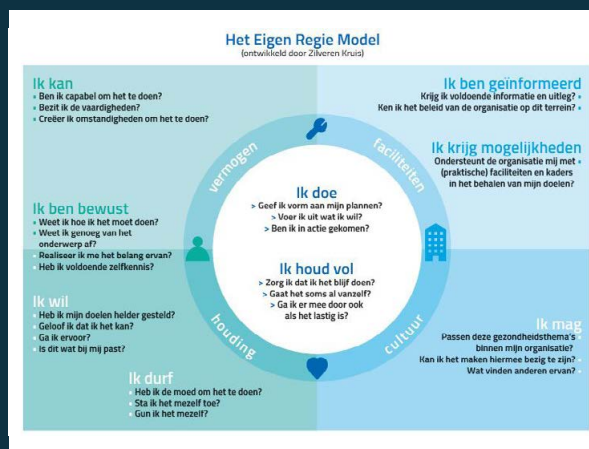
Bij DSM hebben we een heel netwerk van collega's die zich bezighouden met de vitaliteit van hun collega's. Dat kost veel tijd en een lange adem, maar het levert veel op. Een voorbeeld is het project Duurzaam

Roosteren, waar mensen zelf hun diensten mogen inplannen. Van tevoren verwachtten we dat we de nachtdiensten nooit vol zouden krijgen. Maar wat blijkt?

Onze medewerkers voelen zich ervoor verantwoordelijk dat de fabriek doordraait in de nacht en weekenden en roosteren zichzelf dus wel in.

De brede inzet op vitaliteit heeft ons veel opgeleverd: ons verzuimpercentage is 2,4% lager dan vergelijkbare bedrijven. Het levert per jaar een productiviteitswinst op van 6,8 miljoen euro per jaar.

Het is belangrijk dat je het echt wilt en er ruimte voor maakt binnen je organisatie. Je kunt het er niet zomaar even bij doen.”



## Handige links:

- [Het Eigen Regie Model](#)
- **Meer weten?**  
Meld je aan voor een webinar “Vitaliteit en inzetbaarheid” door te mailen naar [Jeroen](#)

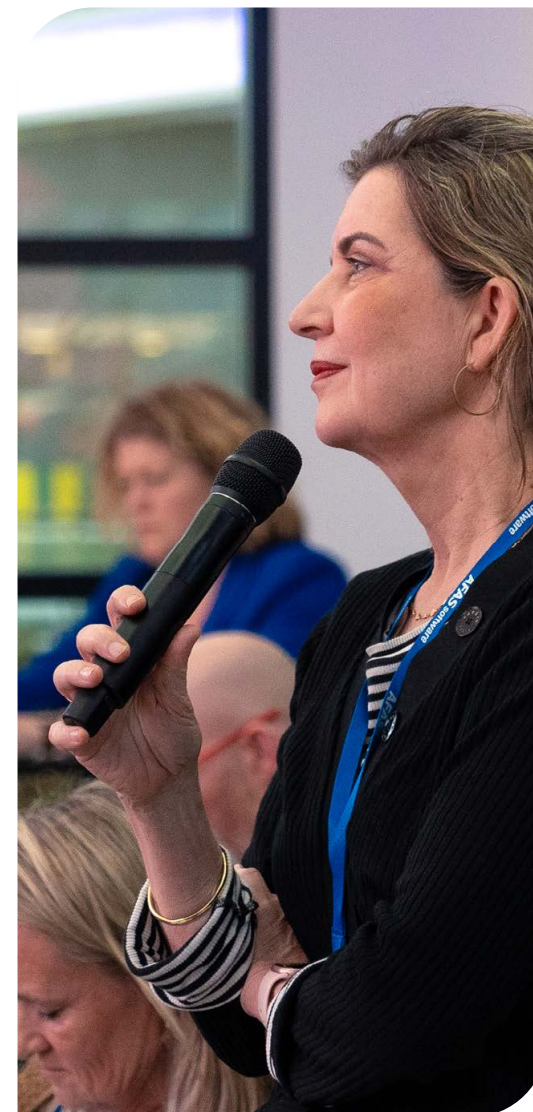
# Hoe nu verder?

## Wrap up

- "Het goede nieuws is: preventie is doorgedrongen in de spreek- of onderzoekskamer."
- "De vindplaats is vaak het ziekenhuis, daarna is het zaak om de patiënt juist door te verwijzen naar de eerste- of nuldelijn."
- "Er is veel ambitie in deze zaal. Wat belangrijk is: begin klein. Maar begin gewoon."
- "Het begint bij goede voorbeelden, dan is het de kunst dat we deze gaan volgen."

## Spreekers:

- **Edwin van der Meer**  
portefeuillehouder preventie, lid bestuur NVZ en voorzitter Raad van Bestuur BovenIJ
- **Hanneke Molema**  
Programmamanager Coalitie Leefstijl in de Zorg



# Bouwstenen voor het vervolg



De Coalitie zal binnenkort vouchers voor zorgpartijen beschikbaar stellen om implementatie van een dienst of product gerelateerd aan leefstijl te ondersteunen.

*Blijf op de hoogte via de nieuwsbrief.*



**BETER  
VERWIJS**

Beter Gezond en Arts en Leefstijl willen bij voldoende aanmeldingen alle ziekenhuizen ondersteunen bij het integreren van leefstijl in de behandeling. Registreer uw ziekenhuis en al uw zorgprofessionals worden getraind in effectieve leefstijlgespreksvoering en krijgen verwijsmogelijkheden in uw regio via de slimme verwijstool Beter Verwijs.



## Webinar Leefstijl zorgloketten Ziekenhuizen

Op 1 maart 2024 organiseert Erasmus MC, in samenwerking met de Coalitie Leefstijl in de Zorg, Amsterdam UMC en UMCG een webinar voor ziekenhuizen.

*Klik [hier](#) om je aan te melden*



## Subsidieoproep Leefstijl in de Zorg: Implementatie & Impact

Deadline: 12 maart 2024

*Klik [hier](#) voor meer informatie*

# Lopende trajecten vanuit de Coalitiedeelname

## Leefstijlorgloketten: lessen uit de praktijk

Op basis van o.a. een enquête, ingevuld door 18 ziekenhuizen, worden verschillen, overeenkomsten en geleerde lessen t.a.v. de opzet van leefstijlorgloketten in kaart gebracht. Bevindingen worden gedeeld om implementatie van leefstijlorgloketten te versnellen.

## Inventarisatie Leefstijlinitiatieven

NVZ en NFU zijn op 25 januari gestart met een inventarisatie van leefstijlinitiatieven in algemene ziekenhuizen en umc's. Zo leren we van succesfactoren en halen we knelpunten op. De input wordt gebruikt om te helpen met het behalen van leefstijl- en preventie-opgaven uit het IZA. Wilt u meewerken? Klik dan [hier](#) op de link.

## Overzicht van bij en nascholingen

Er is geïnventariseerd welk onderwijs beschikbaar is op het gebied van leefstijl. Dit leidt tot een overzicht van opleidings- en bij/nascholingsmateriaal. Ook wordt duidelijk waar er nog lacunes zijn. Binnenkort wordt dit overzicht gepubliceerd.

## Database leefstijlinitiatieven

De database geeft een overzicht van leefstijlinitiatieven uit verschillende domeinen. Hiermee ontstaat een overzicht van de verschillende initiatieven. Partijen kunnen samenwerking aangaan en leren van de ervaring van anderen. Zo zijn initiatieven vindbaar, kunnen ze samenwerkingen aangaan en leren van de door anderen opgedane lessen. De database komt in april beschikbaar.

# Lopende trajecten vanuit de Coalitiedeelnemers

## De NVZ

De Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ), heeft het '[Kennisnet Preventie en Leefstijl](#)' opgezet. Via dit digitale platform worden kennis en praktijkvoorbeelden gedeeld over het thema. Professionals die werken bij een NVZ-ziekenhuis of een UMC die interesse hebben kunnen een aanvraag doen deel te nemen aan de groep. Naast het online delen van informatie worden fysieke en ook digitale sessies georganiseerd voor de deelnemers. Een geplande bijeenkomst is het [Digitale lunchcafé Vroegsignalering alcoholproblematiek](#).

*Verdere informatie over de inzet van de NVZ in de Coalitie is te vinden [de website](#).*



## De NFU

De NFU wetenschappelijke werkgroep Preventie schreef de NFU-paper *Preventie: wat is het en hoe benutten we het optimaal?* Lees de paper [hier](#).

Binnenkort verschijnt er vanuit dezelfde werkgroep een handreiking over de kennisinfrastructuur rondom preventie.

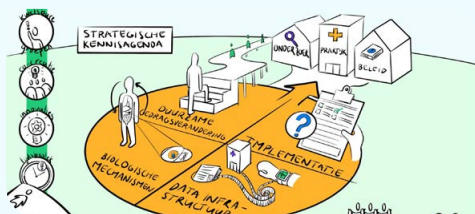
Daarnaast werken alle umc's aan innovatieve leefstijlprojecten. Stef Kremers vertelt in [dit interview](#) over de belangrijke rol van de regionale netwerken.

Onlangs is ook de Preventie Promotor van start gegaan, waarmee we gezonde omgevingen, willen creëren, die een impuls geven aan een gezonder en welvarender Nederland.

*Meer informatie over de NFU activiteiten vindt u [hier](#).*



# Beschikbare materialen



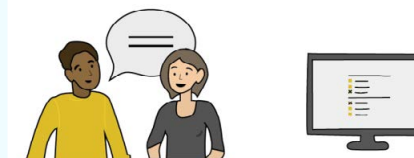
## Nieuws

Strategische kennisagenda Leefstijl in de Zorg



## Nieuws

Leefstijl en ondersteuning gedragverandering vanuit richtlijnen



EXPERTINTERVIEWS

VRAGENLIJSTONDERZOEK

## Nieuws

Eindrapportage doelgroepenonderzoek van team patienten



## Nieuws

De spreekwoordelijke versnippering



## Nieuws, publicaties

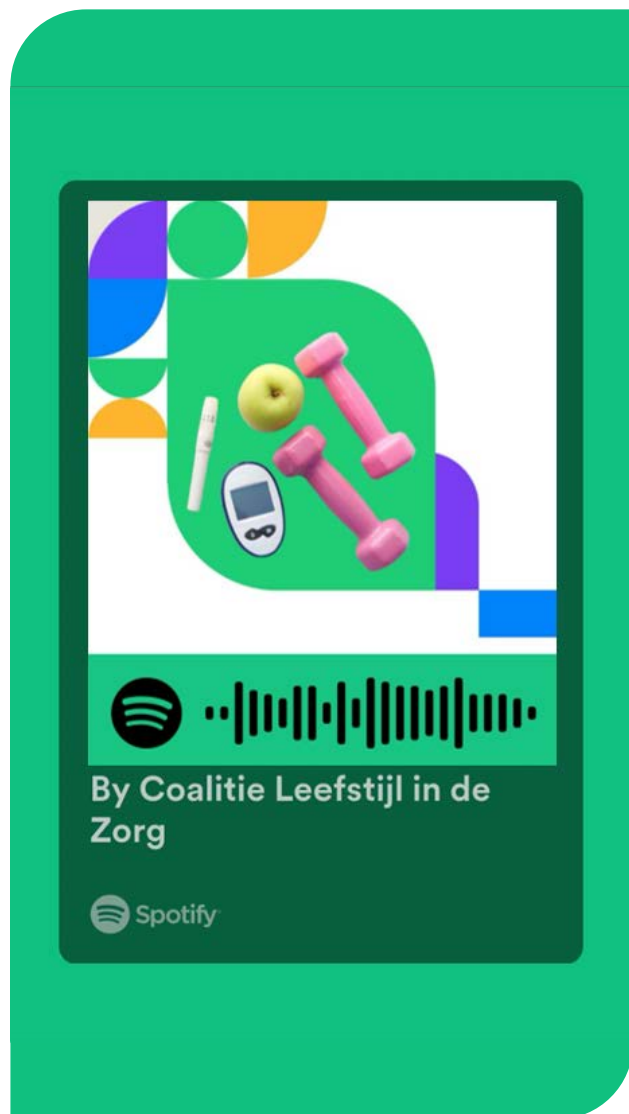
Inzicht in de online informatie voor patienten over leefstijl



## Interview

“Nu verbeteren voor een duurzaam gezonde bevolking”

# Beschikbare materialen: luisteren



Podcast, Nieuws  
Beluister nu de podcast:  
Handelingsverlegenheid



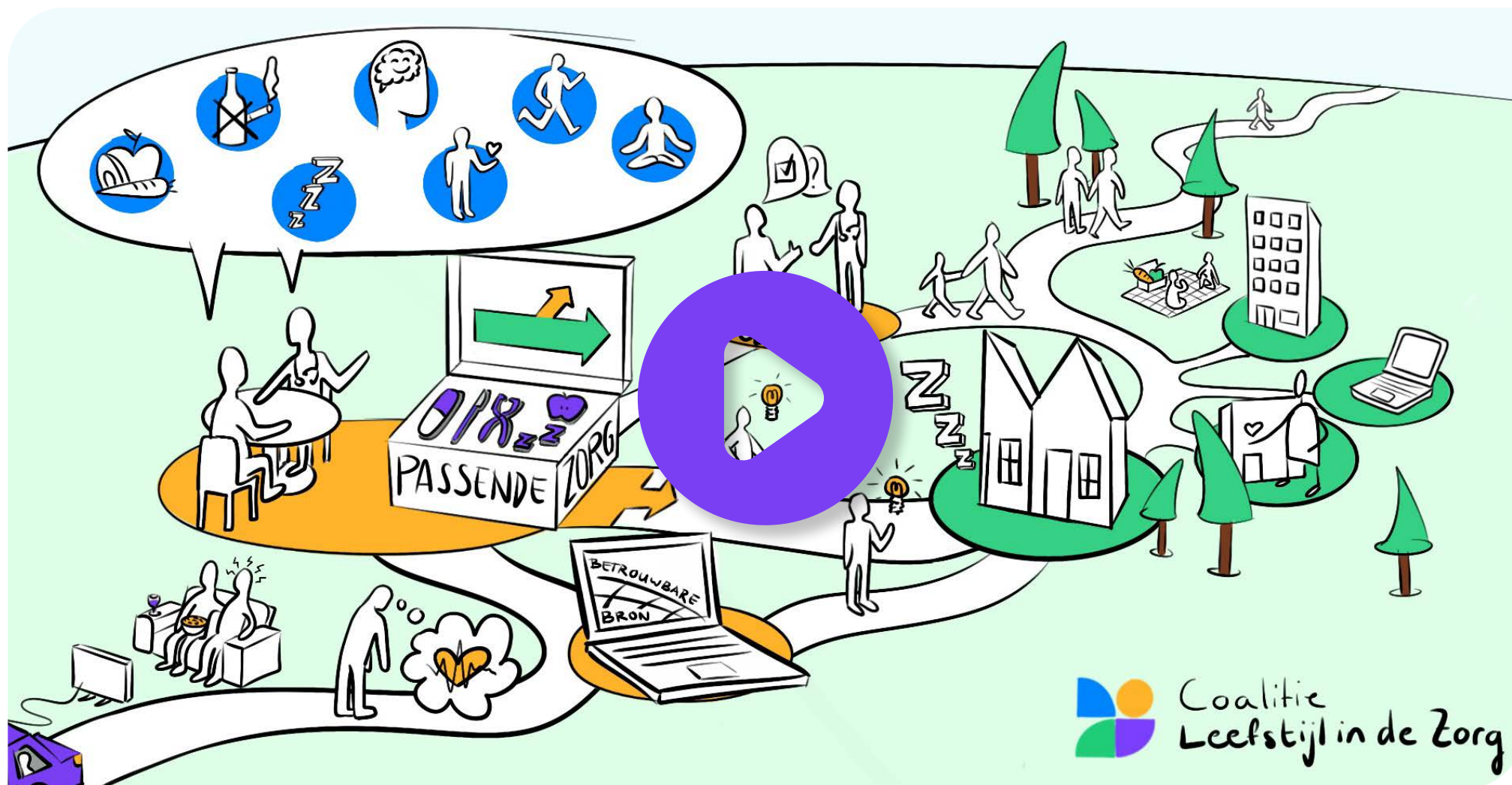
Podcast  
Beluister nu de podcast:  
Leefstijl en de GGZ



Beluister hier de podcast  
Leefstijl in en vanuit het ziekenhuis



# De Leefstijl patiëntreis



# Bedankt voor uw aanwezigheid namens...

- **Bertine Lahuis**  
Voorzitter NFU en Raad van Bestuur Radboudumc



- **Edwin van der Meer**  
lid bestuur NVZ en Voorzitter Raad van Bestuur BovenIJ



- **Hanneke Molema & Yvonne Spies**  
Programmamanagers Coalitie Leefstijl in de Zorg



# Deelnemers Coalitie Leefstijl in de Zorg

**TNO** innovation  
for life

**Patiëntenfederatie  
Nederland**  
samen de zorg beter maken

**iPH** INSTITUTE  
FOR POSITIVE  
HEALTH  
PARTNER

**MIND** Platform

Je **leefstijl** als medicijn

**ineen**  
ORGANISEERT DE EERSTE LIJN

**Beweegalliantie**

Samenwerkende  
Gezondheidsfondsen  
**SGF**

Initiatiefnemers congres

**Beter  
Gezond** | **BETER  
VERWIJS**

**AFAS FOUNDATION**  
inspireert beter doen

**de  
Nederlandse  
ggz**

**de Fysiotherapeut**  
Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie

**Arts en Leefstijl**  
Voor de zorg van morgen

**nhg** Nederlands  
Huisartsen  
Genootschap

Overige betrokken partijen Coalitie

**knms** Voorop voor  
dokter en zorg

**Z** Zorgverzekeraars  
Nederland

**STUDENT &  
LEEFSTIJL**

**NVZ** Nederlandse  
Vereniging van  
Ziekenhuizen

Zorginstituut Nederland **ZonMw**

**ALLIANTIE  
VOEDING  
IN DE ZORG**

**v&vn**

**PON** partnerschap  
overgewicht  
nederland

**NFU** NEDERLANDSE FEDERATIE VAN  
UNIVERSITAIR MEDISCHE CENTRA

**NZA**

Pg. 19 • Op de hoogte blijven van alle ontwikkelingen? Abonneer je op de [nieuwsbrief](#).