



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 g.frijters@ggdgv.nl.

Veel leesplezier!

Inhoud

- [Inspiratie uit Wijdmeren: samen werken aan gezondheid](#)
- [Start campagne 'Weren, Kleren en Smeren' tegen huidschade door de zon](#)
- [Laat je inspireren in juni!](#)
- [Webinar digitale samenwerking terugkijken](#)
- [Bijeenkomsten, campagnes en trainingen](#)

Inspiratie uit Wijdmeren: samen werken aan gezondheid

In Gezond Wijdmeren bruist het deze maand van de activiteiten die laten zien hoe leuk en laagdrempelig gezond leven kan zijn.

Van **samen koken en eten** tijdens *Jong kookt voor oud* (met tv-kok Sandra Ysbrandy), tot samen boodschappen doen en leren kiezen tijdens de **Supermarkt Safari**—waar deelnemers ontdekken wat er écht in producten zit.

Ook op het gebied van **bewegen en ontmoeten** is er volop aanbod, zoals fietsmaatjes, wandelgroepen, Het Danspaleis en De Derde Helft. Een mooie mix van activiteiten die niet alleen bijdragen aan een gezondere leefstijl, maar ook aan verbinding en plezier.

Nieuwsgierig?

Neem vooral een kijkje in het volledige aanbod en laat je inspireren:

[Gezond Wijdemeren activiteitenpagina](#)

Start campagne 'Weren, Kleren en Smeren' tegen huidschade door de zon

Op 27 mei, de Dag van de Zonbescherming, start in onze regio de publiekscampagne *Weren, Kleren en Smeren*. Met deze campagne vragen we aandacht voor het voorkomen van huidschade door UV-straling en het stimuleren van zonneveilig gedrag.

De kern van de campagne is eenvoudig:

- **Weren:** zoek bij zonkracht 3 of hoger de schaduw op, vooral tussen 12.00 en 15.00 uur.
- **Kleren:** draag bedekkende kleding, een hoed en zonnebril om de huid te beschermen.
- **Smeren:** gebruik zonnebrandcrème (minimaal factor 30 met UV-A filter) en herhaal dit elke 2 uur en na zwemmen of afdrogen.



Ook op bewolkte dagen of bij lagere temperaturen kan de zonkracht hoog zijn. Het is daarom belangrijk om de dagelijkse zonkracht te blijven checken via bijvoorbeeld KNMI of Weeronline.

Wil je als organisatie meedoen aan het Zonvenant of meer weten over de aanpak? Kijk dan op: [Sluit je ook aan bij het Zonvenant](#).

Laat je inspireren in juni!

Wil jij gesprekken voeren die écht in beweging zetten? In juni organiseert de Gezond Gooi Academie twee inspirerende trainingen rondom oplossingsgericht werken en Positieve Gezondheid. Praktisch, interactief en direct toepasbaar in je dagelijkse werk.

9 juni 18:00-20:00 | Inspiratiesessie: Kennismaken met Oplossingsgericht Werken | MURA

Ontdek hoe je met een oplossingsgerichte aanpak meer aansluit bij wat voor inwoners of patiënten wél werkt. Je leert hoe je de focus verlegt van problemen naar mogelijkheden, eigen regie en veerkracht. Een inspirerende kennismaking vol praktische voorbeelden en direct toepasbare inzichten.

Meer informatie en aanmelden via [Inspiratiesessie: Kennismaken met Oplossingsgericht Werken | MURA - gezondgooiacademie.nl](#)

16 juni 10:00-16:00 | Het Positieve Gezondheid gesprek | Hommels & Brink

Wil je met vertrouwen en effectief het Positieve Gezondheid gesprek leren voeren? Tijdens deze interactieve scholingsdag oefen je met realistische casuïstiek, krijg je praktische handvatten én ervaar je hoe je in korte tijd tot een betekenisvol gesprek komt.

Meer informatie en aanmelden via [Het Positieve Gezondheid gesprek | Hommels en Brink - gezondgooiacademie.nl](#)

Webinar digitale samenwerking terugkijken



Webinar digitale samenwerking 4 klantreizen

De bestuurders van Gezond Gooi en de Coalitie Digitalisering nodigen je uit om het webinar van 22 april terug te kijken over de regionale digitale samenwerking en het gezamenlijke platform VIPLive.

Tijdens het webinar delen ze de laatste ontwikkelingen rondom regionale samenwerking, veilige communicatie en de inzet van de Steunwijzer. Ook vertellen ze meer over de vier klantreizen waarmee ze starten:

- Verkennend gesprek
- Proactieve zorgplanning
- Samenwerking kwetsbare ouderen
- Samenwerking welzijn & zorg

Op [deze](#) pagina vind je de opname van het webinar, veelgestelde vragen en aanvullende informatie.

Vragen of interesse om aan te sluiten?

Mail naar info@gezondgooi.nl.

Bijeenkomsten, campagnes en trainingen

Bijeenkomsten

- Dinsdag 26 mei 2026 | **Dag van de preventie** | Meer informatie en aanmelden kun je via [deze](#) link.

Campagnes

- Woensdag 27 mei 2026 | **Dag van de Zonbescherming** | Meer informatie en en/ of als organisatie meedoen aan het Zonvenant kan via [deze](#) link.

Trainingen

- Doorlopend | **E-learning Werken met Positieve Gezondheid** Fontys | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Doorlopend | **Online scholing Positieve Gezondheid als werkwijze** Hommels en Brink | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Dinsdag 9 juni |18:00-20:00| **Inspiratiesessie: Kennismaken met Oplossingsgericht Werken** MURA | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Dinsdag 16 juni |10:00-16:00| **Het Positieve Gezondheid gesprek** Hommels en Brink | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Woensdag 2 en 16 september | 13:30-17:00 | **Blended Basistraining Werken met Positieve Gezondheid** Fontys | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Donderdag 10 september |15:00-17:30| **Basistraining Leefstijl in de spreekkamer** Arts & Leefstijl | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Dinsdag 15 september |18:00-20:00| **Inspiratiesessie: Kennismaken met Oplossingsgericht Werken** MURA | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Donderdag 5 en 26 november | 16:00-20:00 | **Blended Basistraining Werken met Positieve Gezondheid** Fontys | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.
- Dinsdag 17 november |10:00-16:00| **Het Positieve Gezondheid gesprek** Hommels en Brink | Meer informatie en aanmelden via [deze](#) link.

Heb je nog vragen over de coalitie Gezond Leven en Preventie? Dan kun je terecht bij projectmedewerker IZA Gina Frijters g.frijters@ggdgv.nl



GGD
Gooi en Vechtstreek



Website



LinkedIn



**Gezond
Gooi**

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier](#) afmelden.

U kunt ook uw [gegevens](#) inzien en [wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u info@ggdgv.nl toe aan uw adresboek.