GGD Gooi en Vechtstreek

Gezond Gooi

24 september '26

Nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie

Welkom bij de nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie! Deze nieuwsbrief is bedoeld om beleidsaviseurs, 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

- Van Beweegloket naar Leefstijlpunt Huizen
- Aan de slag met de voedselomgeving? Maar waar begin je?
- Wat maakt jouw dag? Doe mee aan een bijzondere wereldrecordpoging!
- Na de Wereld Suïcide Preventie Week: aandacht omzetten in actie
- Waar droom jij van?
- 8 oktober Theatervoorstelling Dromen Vangen over Positieve Gezondheid
- Bijeenkomsten, campagnes en trainingen

Van Beweegloket naar Leefstijlpunt Huizen

Vanaf september gaat het Beweegloket in Huizen verder als *Leefstijlpunt Huizen*. Naast bewegen en valpreventie worden hier meerdere leefstijlthema's samengebracht, zoals **stoppen met roken en werken aan een gezond gewicht**. Daarmee hoeven inwoners niet langer zelf uit te zoeken waar zij moeten beginnen als zij gezonder willen leven.

Het Leefstijlpunt is dé plek waar inwoners terechtkunnen met vragen over een gezonde leefstijl. Een buurtsport- en leefstijlcoach kijkt samen met de inwoner

vanuit de brede blik van positieve gezondheid naar wat voor hem/haar belangrijk is en welke ondersteuning het beste past. Dit kan bijvoorbeeld een beweegactiviteit zijn, maar ook begeleiding door een diëtist, een stoppen-met-rokencoach of een andere leefstijlprofessional of een welzijnscoach. Het Leefstijlpunt is toegankelijk voor iedereen. Inwoners kunnen worden doorverwezen door een huisarts of andere zorg- en welzijnsprofessional, maar kunnen ook zelf contact opnemen of een inloopspreekuur bezoeken.

In de regio werken gemeenten en de GGD steeds meer samen aan een herkenbare uitstraling en werkwijze van de verschillende leefstijlpunten. Dit vergroot de bekendheid en zorgt voor meer duidelijkheid voor inwoners en verwijzers. Zo worden meer mensen bereikt en sneller naar passende ondersteuning geleid.

Voor vragen over de leefstijlpunten in de regio kun je contact opnemen met Doris Florenza via d.florenza@ggdgv.nl

---

Aan de slag met de voedselomgeving? Maar waar begin je?

Misschien herken je het wel: je ziet het belang van een gezondere voedselomgeving door de grote invloed die het heeft op de gezondheid van inwoners. Tegelijkertijd heeft het onderwerp nog geen vaste plek binnen je organisatie en is het zoeken naar welke rol je kunt spelen.

Dit is precies waar wij als GGD een tijd geleden stonden. In de afgelopen periode hebben we verkend hoe we kunnen bijdragen aan een gezondere voedselomgeving. Een belangrijk inzicht: je hoeft niet te wachten tot alles geregeld is om te kunnen beginnen.

Onze ervaringen delen we via een praktische toolkit, zodat andere GGD'en niet opnieuw het wiel hoeven uit te vinden. Maar de toolkit is ook heel handig voor bijvoorbeeld beleidsadviseurs of preventieprofessionals die werken aan gezondheid en de gezonde leefomgeving.

We hopen hiermee andere professionals te inspireren en ondersteunen om ook stappen te zetten op dit belangrijke thema. Zo werken we samen aan een omgeving waarin de gezonde keuze de makkelijke wordt.

Bekijk de toolkit en neem contact op met Doris Florenza (d.florenza@ggdgv.nl) of Marein de Jong (ma.dejong@ggdgv.nl) voor vragen of advies Aan de slag met de voedselomgeving in de gemeente | GGD

Wat maakt jouw dag? Doe mee aan een bijzondere wereldrecordpoging!

Op **zaterdag 31 oktober 2026** organiseert de regionale beweging Andere kijk op gezondheid een unieke activiteit in het Huis van Eemnes: een **wereldrecordpoging schilderen**. Het doel? Minimaal **251 inwoners** tegelijkertijd laten schilderen rondom de vraag: *"Wat maakt jouw dag?"*

Maar deze actie draait om meer dan een

record. Samen brengen inwoners in beeld wat hen energie, plezier en kleur geeft in het dagelijks leven. Denk aan een hobby, een fijne ontmoeting, de natuur, vrijwilligerswerk of een bijzonder moment. Zo ontstaat een kleurrijk beeld van wat mensen helpt om prettig en betekenisvol te leven.

Waarom deze actie?
Gezondheid gaat over meer dan het voorkomen of behandelen van ziekte. Het gaat ook over wat mensen kracht geeft, met anderen verbindt en helpt om mee te doen in de samenleving. Met deze wereldrecordpoging vragen we aandacht voor die positieve kant van gezondheid. De wereldrecordpoging schilderen is een "Andere Kijk" campagne activiteit van de beweging Positieve Gezondheid, van Kracht naar Klacht.

Nodig inwoners uit
Wij vragen professionals in zorg, welzijn, onderwijs, sport, cultuur en het sociaal domein om inwoners te attenderen op deze activiteit. Iedereen kan meedoen, jong en oud. Ervaring met schilderen is niet nodig en alle materialen zijn aanwezig.

Ook meedoen op een satellietlocatie
Niet iedere deelnemer hoeft naar Eemnes te komen. Er is ook ruimte om op andere locaties in de regio een schilderactiviteit te organiseren en zo bij te dragen aan de recordpoging.

Praktische informatie
Zaterdag 31 oktober 2026
Huis van Eemnes (en diverse satellietlocaties)
10.00 - 12.30 uur

Aanmeldlink AKOG Wereldrecordpoging

Samen laten we zien wat het leven kleur geeft. Help mee om zoveel mogelijk inwoners te bereiken en nodig hen uit om deel te nemen aan deze bijzondere en verbindende activiteit.

Na de Wereld Suïcide Preventie Week: aandacht omzetten in actie

Van 7 tot en met 13 september stond de Wereld Suïcide Preventie Week in het teken van aandacht, ontmoeting en het gesprek over suïcidaliteit. Ook in onze regio vonden verschillende activiteiten plaats. Het was mooi om te zien hoeveel professionals, vrijwilligers, naasten en inwoners zich inzetten om signalen bespreekbaar te maken en steun te bieden aan mensen die het moeilijk hebben.

De week onderstreepte opnieuw hoe belangrijk het is dat mensen in hun omgeving signalen herkennen en weten hoe zij het gesprek kunnen aangaan. Daarom zetten we als regio ook in op deskundigheidsbevordering.

"Door deze training kan ik met vertrouwen het gesprek aangaan, de vraag stellen en weet ik hoe ik kan reageren bij gedachten aan zelfdoding."
- lees hier wat Sifra, jeugdverpleegkundige, allemaal in de training heeft geleerd

Trainingen suïcidepreventie voor professionals en vrijwilligers
Vanuit het regionale programma suïcidepreventie kunnen organisaties gebruikmaken van trainingen van 113 Zelfmoordpreventie. Deze trainingen helpen deelnemers om signalen van suïcidaliteit te herkennen, het gesprek hierover te voeren en waar nodig passende hulp in te schakelen.
Er zijn verschillende mogelijkheden, waaronder:

- een interactieve basistraining van 2 tot 2,5 uur;
- een Gatekeepertraining van 4 uur;
- een Train-de-Trainertraject voor organisaties die kennis en vaardigheden duurzaam willen borgen

Van alle trainingen is ook een jongerenvariant beschikbaar.

De kosten voor deelname kunnen worden vergoed vanuit het regionale programmabudget.

Meer weten?
Kijk voor meer informatie op de pagina Deskundigheidsbevordering Suïcidepreventie | GGD of neem contact op met programmaleider Milou Welsink via m.welsink@ggdgv.nl

Waar droom jij van?

8 oktober Theatervoorstelling Dromen Vangen over Positieve Gezondheid

Heb jij hem al gezien? Er is nog plek!

Leuk om op een laagdrempelig manier samen met collega's en inwoners kennis te maken met Positieve Gezondheid. Na afloop ga in kleine groepen in gesprek over: Wat is jouw droom voor je gezondheid? Wat is jouw droom voor je wijk/buurt?

Meer info:
8 oktober 19:30-21:30 | **Theatervoorstelling Dromen Vangen** | Koninklijke Viso, Amersfoortsestraatweg 180 Huizen | Meer informatie via deze link.

Bijeenkomsten, campagnes en trainingen

Bijeenkomsten

- 3 oktober 10:00-14:00 | **Seniorenmarkt Vitaal Ouder Worden** | Gemeentehuis Gooisemeren, Brinklaan 35, Bussum | Meer informatie via deze link.
- 3 november 10:00-12:00 | **Kennisbijeenkomst Alcoholpreventie 18+** | Meer informatie via deze link.

Campagnes

- 28 september tot en met 4 oktober | **Week van de Valpreventie** | Meer informatie via deze link.

Trainingen www.gezondgooiacademie.nl

- Donderdag 26 november |10:00-16:00| **Het Positieve Gezondheid gesprek** Hommels en Brink | Meer informatie en aanmelden via deze link.
- Donderdag 14 januari & 18 februari |13:30-17:00| **Blended Basistraining Werken met Positieve Gezondheid** Fontys | Meer informatie en aanmelden via deze link.
- Dinsdag 19 januari |15:00-17:30| **Basistraining Leefstijl in de spreekkamer** Arts & Leefstijl | Meer informatie en aanmelden via deze link.
- Dinsdag 9 februari |14:00-17:00| **Opfriscursus Positieve Gezondheidsgesprek** 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.