

Preventie in de apotheek

Mei 2022



Samen werken we aan een gezonde regio



Ook in deze maand van de preventie, mag onze input niet ontbreken. Je hebt deze maand ook een fysiek pakket ontvangen. Als je hiervoor wil uitschrijven of feedback wil geven, kun je dat doen [via deze link](#).

Warme Dagen? Zorg dragen voor elkaar!

Op 15 mei start de **waakzaamheidsfase** en dus de periode met kans op langdurige warmte. Motiveer je klanten om zorg te dragen voor zichzelf en anderen op erg warme dagen:

- Sensibiliseer via posters en folders. Je kreeg alvast drankkaarten en een affiche in je fysieke pakket. Je kan [hier](#) meer gratis materiaal bestellen.
- Informeer bij je gemeentebestuur of er buur-voor-buur initiatieven zijn waar je als apotheker aan kan deelnemen. In jouw apotheek kunnen zorgbehoevenden zich inschrijven voor deze buur-voor-buur initiatieven bijvoorbeeld.
- Spreek je klanten aan bij warm weer. Wie tijdens de warme dagen zijn gezond verstand gebruikt, komt al een eind. Zo kun je ze meegeven dat hun medicatie niet in de

auto mag achtergelaten worden bij warm weer of dat ze hun urine in de gaten moeten houden om te zien of ze voldoende drinken.

- Bekijk bijkomende info op www.warmedagen.be.
- Deel [facebookberichten](#) van Warme Dagen.
- Zet **huidkankerpreventie** in de kijker met de nieuwe campagne van Smeerweer. Surf naar www.smeerweer.be voor meer informatie en gratis te bestellen materialen.



Bewegen op Verwijzing (BOV), meer bewegen met een bewegecoach

Bewegen Op Verwijzing (BOV) helpt mensen met een gezondheidsrisico op weg naar een actiever leven. Hoe? Met professionele coaching en een beweegplan op maat.

Hoe gaat het in zijn werk? De patiënt vraagt of krijgt van de huisarts een verwijfsbrief en neemt contact op met een Bewegen Op Verwijzing-coach in zijn regio. Die coach maakt samen met de patiënt een persoonlijk beweegplan op dat 100 % past in zijn of haar dagelijkse leven. Meer bewegen is makkelijker dan men denkt. Fietsen naar je werk, meer tuinieren, een wekelijkse wandeling met de kinderen of gaan zwemmen - de bewegingplannen zijn eenvoudig en lang vol te houden. Daarna is het aan de patiënt om te gaan bewegen. De coach weet welke activiteiten en sporten de gemeente en verenigingen aanbieden. Want ook zij doen mee aan Bewegen Op Verwijzing.

Wat kan jij doen?

- Maak BOV bekend bij de klant zodat ze de mogelijkheid bevragen bij hun huisarts. Leg hen uit dat dit een zeer toegankelijke manier is om meer te bewegen in het dagelijkse leven.

- Nog geen BOV in jouw gemeente? Praat erover met uw collega's en huisartsen.
- Bekijk [het infofilmpje hier](#)
- Lees op www.zennezine.be het relaas van Inne Debusscher, bewegecoach
- Zoek de [bewegecoach in jouw regio](#)



www.bewegenopverwijzing.be

BEWEGEN OP VERWIJZING
VLAANDERSE INSTITUTE GEZOND LEVEN



Samen werken we aan een *gezonde* regio

Vernieuwde infosheet bevolkingsonderzoek dikkedarmkanker

In de vorige nieuwsbrief stond de oude infosheet rond het bevolkingsonderzoek **dikkedarmkanker** voor apothekers. Er is intussen een nieuwe uit, [die vind je hier](#).



31 mei: Werelddag zonder tabak

Elk jaar is er op 31 mei de **Werelddag zonder Tabak**. Dat is het moment om burgers te sensibiliseren over de gevolgen van roken. Dat kan via een privé tabakoloog.

• Vind een tabakoloog in je buurt en meer info over financiële tussenkomsten op www.tabakstop.be.

- De tabakologen van Tabakstop bieden gratis telefonische hulp en informatie op 0800 111 00.
- [Bestel brochures over rookstop](#).

Roken... zet er een punt achter
31 mei werelddag zonder tabak



10.000 stappen in jouw gemeente

We inspireren en ondersteunen lokale besturen in de uitbouw van een beweegvriendelijke omgeving en een gezondere stad of gemeente.

In het eerste jaar (2021) focusten we op het zichtbaar maken in het straatbeeld van de boodschap **“ELKE STAP TELT”**. Je zag vast al de groene signalisatiematerialen. Zo dompelen we inwoners onder in stapvriendelijke buurten. 217 Vlaamse steden en gemeenten hebben hun buurten al voorzien van stappensignalisaties.

In het tweede jaar ondersteunen we de lokale besturen bij de ontwikkeling van beweegroutes om een extra laagdrempelig aanbod te creëren.

Daarnaast wordt er op Vlaams niveau regelmatig naar de burgers gecommuniceerd over gezond bewegen en ‘Elke stap telt’. Ondersteun gerust deze boodschap en het belang van beweging!

- [Deelnemende gemeenten](#)
- [Meer info over 10.000 stappen](#)



Mocht je nog extra informatie wensen, neem gerust contact op met info@logozenneland.be voor Halle-Vilvoorde en info@logo-oostbrabant.be voor Oost-Brabant.

Het belang van preventie is nog nooit zo duidelijk geweest. Mensen sensibiliseren om gezonde levenskeuzes te maken of om een gezonde leefomgeving te creëren is dan ook een essentiële taak van elke zorgverlener.

Als apotheker geef je spontaan al heel wat preventief gezondheidsadvies aan je patiënten. Met een gemiddelde van honderd patiëntencontacten per dag behoren apothekers tot de zorgverstrekkers in de eerste lijn met het grootst aantal contacten. Het lijkt dan ook logisch om dat netwerk in te schakelen in die belangrijke ziektepreventie en gezondheidsbevordering.

BAF, Logo Oost-Brabant en Logo Zenneland (Lokaal Gezondheidsoverleg) willen je hierbij ondersteunen met informatie en materialen, ontwikkeld door experts op basis van het Vlaamse preventiebeleid.

Logo Oost-Brabant is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones Demerland, Leuven, Leuven Noord, Leuven Zuid, Zuidoost Hageland en hun lokale besturen.

Logo Zenneland is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones AMALO, BraVio, Druivenstreek, Pajottenland, Regio Grimbergen, Zennevallei en hun lokale besturen.

[Visie en missie Vlaamse Logo's](#).

www.logo-oostbrabant.be
info@logo-oostbrabant.be



www.logozenneland.be
info@logozenneland.be

