

## Bestaande hulpmiddelen voor leefstijl, voor patiënten en zorgverleners

| Leefstijlmodule             | Handige bronnen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Algemeen</i>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding leefstijl overzicht</a></li> <li>○ <a href="#">Leefstijlroer</a></li> <li>○ <a href="#">Beter gezond – leefstijlzorg als structureel onderdeel van de zorg</a></li> <li>○ <a href="#">Zorginstituut Nederland – gecombineerde leefstijlinterventie (GLI)</a></li> <li>○ <a href="#">Gezond leven   Thuisarts</a></li> </ul> |
| <i>Dieet en voeding</i>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding - voeding</a></li> <li>○ <a href="#">Richtlijnen goede voeding: eiwitbronnen en voedingspatronen 2025   Gezondheidsraad</a></li> <li>○ <a href="#">Thuisarts – ik wil gezond eten</a></li> <li>○ <a href="#">Voedingscentrum – schijf van vijf</a></li> <li>○ <a href="#">DAVO allergiediëtist</a></li> </ul>               |
| <i>Voedingssupplementen</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">Voedingscentrum - voedingssupplementen</a></li> <li>○ <a href="#">Krijg ik genoeg vitamines binnen?   Thuisarts</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Alcohol en roken</i>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding - alcohol</a></li> <li>○ <a href="#">Thuisarts – alcohol</a></li> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding- roken</a></li> <li>○ <a href="#">Thuisarts – stoppen met roken</a></li> <li>○ <a href="#">Trimbos Instituut - Very brief Advice+</a></li> </ul>                                                                |
| <i>Stress</i>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding - chronische stress</a></li> <li>○ <a href="#">Thuisarts - ik wil beter omgaan met stress</a></li> <li>○ <a href="#">Leefstijlcoalitie – verwijskaart Natuur en je gezondheid</a></li> </ul>                                                                                                                                |
| <i>Bewegen</i>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <a href="#">NHG praktijkhandleiding - bewegen</a></li> <li>○ <a href="#">Thuisarts - ik wil gezond bewegen</a></li> <li>○ <a href="#">Kenniscentrum Sport &amp; Bewegen - beweegcirkel</a></li> <li>○ <a href="#">Kenniscentrum Sport &amp; Bewegen – bewust bewegen met chronische aandoeningen</a></li> </ul>                                                 |