



Verlaving en gezonde leefstijl

Ambitie

Wij willen mentale en somatische gezondheidsproblemen verminderen en gezondheidsverschillen verkleinen, door het vergroten van leefstijlvaardigheden.

Doelstellingen

1. De ggz en de verslavingszorg inrichten als een omgeving die verleidt tot het maken van gezonde (leefstijl)keuzes op het gebied van voeding, sport en bewegen en middelengebruik (conform afspraken IZA, Green Deal, NPA).
2. Leefstijl is een integraal onderdeel van de behandeling in de ggz en de verslavingszorg (per 1 januari 2025, conform IZA).
3. Cliënten en medewerkers in de gezondheidszorg (primaire focus: ggz en verslavingszorg) zijn zich meer bewust van het belang van een gezonde leefstijl en de risico's van middelengebruik voor hun fysieke en mentale gezondheid.
4. Cliënten en medewerkers in de gezondheidszorg (primaire focus: ggz en de verslavingszorg) beschikken over voldoende kennis, vaardigheden en tools om met gezonde leefstijl en vroegsignalering van (riskant) middelengebruik aan de slag te gaan.
5. Het voorkomen van het ontstaan / erger worden van verslavingen en psychische problematiek door de inzet van een pakket preventieve interventies die:
 - a. passend zijn binnen de rolopvatting van de ggz en de verslavingszorg bij preventie;
 - b. voorziet in de vraag (o.a. regiobeelden IZA);
 - c. zoveel mogelijk doet wat werkt;
 - d. adequaat gefinancierd is.

Acties

1. Het inrichten van de ggz en de verslavingszorg als gezonde omgeving door middel van:
 - a. Gezonde en duurzame voeding
 - b. De randvoorwaarden op orde
 - c. Sport en bewegen als onderdeel van de behandeling en het herstel
2. Leefstijl als integraal onderdeel van de behandeling.
 - a. De ontwikkelde generieke module Gezonde Leefstijl implementeren
3. Bewustzijn, kennis en vaardigheden vergroten om met leefstijl aan de slag te gaan:
 - a. Organisatie van webinars, digitale gesprekken, het Festival van de Leefstijl en fysieke bijeenkomsten
 - b. Agenderen van het belang van leefstijl voor de mentale gezondheid via de verschillende kanalen van de Nederlandse ggz en lobbyen voor de noodzakelijke randvoorwaarden
 - c. Samenwerken en kennis delen met partners binnen en buiten de zorg voor een zorgbrede inzet op preventie en leefstijl
 - d. Cliënten en professionals helpen bij voorkomen van riskant middelengebruik, en aandacht voor leefstijl door scholing, kennisuitwisseling, ontwikkeling van tools/modules/producten en aanjagen van innovaties



Contact

Ellen Righart – erighart@denederlandseggz.nl