

Preventie in de *apothek*

Maart 2022



Samen werken we aan een *gezonde regio*



Teken in de natuur

Vanaf maart komen meer teken voor in de natuur. Help je klanten om meer aandacht hebben voor tekenbeten:

- Spoor je klanten aan om de tekencheck te doen. Controleer jezelf en anderen op tekenbeten elke keer je in de natuur bent geweest.
- Vind je een teek? Verwijder hem dan rustig en in één beweging.
- Volg een maand lang de mogelijke symptomen op.

· Ga naar je huisarts als je klachten hebt na een tekenbeet.

Hang de affiche op uit je februaripakket en verdeel de folders die je ontving. Meer materialen kan je gratis bestellen op www.tekenbeten.be.

Op deze website vind je ook vele [sociale media posts](#), alsook een [filmpje](#) voor op je digitaal scherm.

Symptomen die lijken op griep

Een **RODE VLEK** rond de plaats van de beet, die **GROTER** wordt.

Koorts **Gewrichtspijn** **Spierpijn**

VOLG EEN MAAND LANG DE SYMPTOMEN OP. GA NAAR JE HUISARTS WANNEER ER KLACHTEN VERSCHIJNEN.

Samen creëren we een complimenten**GOLF**!

Een compliment geven is eenvoudig en klein, maar kan een grote impact hebben. Het geeft een goed gevoel om er één te krijgen, maar ook om te geven.

Wanneer je je goed voelt, gaat alles makkelijker en is alles leuker. Bovendien bevorderen complimenten de prestaties, werken ze aanstekelijk en zorgen ze voor een positief gemoed. Daar word je zelf ook gelukkig van!

Op 1 maart is het elk jaar Complimentendag. Een dag waarop iedereen aangemoedigd werd om extra waardering te tonen. Maar complimentjes zijn natuurlijk op elke dag van het jaar leuk. Laten we daarom 1 maart aangrijpen als het startpunt van een jaar vol complimenten en laten we samen de grootste complimenten**GOLF** ooit creëren!

Plaats een bericht op sociale media of verstuur een e-card met een mooi compliment.

[Alle materialen vind je hier.](#)



Samen werken we aan een *gezonde* regio

Maart: zet het bevolkingsonderzoek naar dikkedarmkanker in de kijker!

In maart wordt internationaal aandacht besteed aan het bevolkingsonderzoek naar dikkedarmkanker. Help je klanten tijdens deze maand te sensibiliseren tot deelname aan dit onderzoek:

- Hang de affiche uit je februaripakket op;
- Bestel extra flyers, bladwijzers en affiches via de webshop van jouw Logo ([Logo Zenneland](#) - [Logo Oost-Brabant](#));
- Check de informatie over de bevolkingsonderzoeken op www.bevolkingsonderzoek.be;
- Check [de infosheet voor apothekers](#);
- Informeer je over het verschil tussen de verschillende [soorten testen](#);

- Gebruik [digitale pancartes](#) of het filmpje voor je digitaal scherm.



25 april tot 1 mei: Week van de valpreventie

Valpartijen bij oudere personen zijn een veel voorkomend probleem. Maar liefst één op drie 65-plussers komt jaarlijks ten val. Bij ouderen in een woonzorgcentrum valt minstens de helft van hen. Maar er is hoop! Een val kan voorkomen worden wanneer de onderliggende risicofactoren worden aangepakt met preventieve maatregelen. Wijs je klanten op volgende risicofactoren:

- Verminderd evenwicht, spierkracht en mobiliteit;
- Ongezonde voeding;
- Onveilige woonomgeving;
- Slecht zicht.

Tijdens de Week van de Valpreventie, die doorgaat van 25 april tot en met 1 mei 2022, worden val- en fractuurpreventie in de kijker geplaatst.

Ook vanuit de apotheek kan je valpreventie mee onder de aandacht brengen. Doe mee met de opdrachten en speel misschien zelfs [de filmpjes](#) (één per opdracht) af op jullie scherm.

Meer informatie en de overige risicofactoren kan je terugvinden op www.valpreventie.be.



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

