



Nieuwsbrief GLI - oktober 2025

Deze nieuwsbrief informeert over de laatste ontwikkelingen rond de Gecombineerde Leefstijlinterventies (GLI) bij Rijn en Duin. In de nieuwsbrief ligt de nadruk op de nieuwe online programma's van de digitale GLI.

Nieuwe online GLI-programma's

Sinds 2025 zijn naast fysieke bijeenkomsten ook de online programma's MiGuide, SLIMMER powered by Ancora en Keer Diabetes2 Om erkend en beschikbaar voor inwoners van onze regio Zuid-Holland Noord. De programma's tonen goede resultaten, zijn populair bij deelnemers en worden volledig vergoed vanuit de basisverzekering.

Verwijzing naar de digitale GLI kan via VIPLive. De verwijzer (huisarts) kan hiermee eenvoudig deelnemers aanmelden voor de online GLI-programma's. Hieronder vind je meer informatie over de verschillende programma's.

Cool-MiGuide

Cool-MiGuide combineert slimme digitale leermiddelen met persoonlijke begeleiding door een leefstijlcoach via videobellen. In een online leeromgeving komen deelnemers op een leuke en leerzame manier in aanraking met alle leefstijlthema's die tijdens de groepsbijeenkomsten aan bod komen. Ook zijn er additionele modules, zoals een module over de overgang en over obesitasmedicatie.

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden van Cool-MiGuide? Neem deel aan [dit webinar op 18 november](#), van 12.30 tot 13.30 uur, om kennis te maken met het online GLI-programma, of bezoek onderstaande websites.

[>>> Website van Cool-MiGuide](#)

[>>> Het RIVM over Cool-MiGuide](#)

GLI powered by Ancora

Het online GLI-programma SLIMMER powered by Ancora is ontwikkeld voor nieuwe doelgroepen met overgewicht en een vergrote buikomvang of obesitas. Denk aan jongvolwassenen, ouders met jonge kinderen, mensen met een drukke studie of baan en deelnemers die het programma liever op afstand of volledig in het Engels volgen. Dit programma biedt een dashboard op praktijkniveau, intensieve multidisciplinaire begeleiding aan deelnemers en regelmatige terugkoppeling.

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden van SLIMMER powered by Ancora? Neem deel aan [dit webinar op 18 november](#), van 12.30 tot 13.30 uur, om kennis te maken met het online GLI-programma, of bezoek onderstaande websites.

[>>> Website GLI powered by Ancora](#)

Keer Diabetes2 Om

Keer Diabetes2 Om GLI is een online groepsprogramma voor mensen met diabetes type 2 of verstoorde bloedglucose die geen medicatie of alleen metformine gebruiken. De groep wordt begeleid door een multidisciplinair team dat bestaat uit een diëtist, coach en verpleegkundige. Na de verwijzing neemt het medisch team van Keer Diabetes2 Om contact op met de patiënt om hem of haar in te plannen voor het programma.

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden van Keer Diabetes2 Om GLI? Neem deel aan [deze online nascholing op 27 oktober](#), van 18.30 tot 21.00 uur, om kennis te maken met het online GLI-programma, of bezoek onderstaande websites.

>>> Website Keer Diabetes2 Om

>>> Het RIVM over Keer Diabetes2 Om

Informatiebijeenkomsten online GLI-programma's

Wil je meer te weten komen over de online GLI-programma's? Meld je aan voor een van onderstaande, gratis informatiebijeenkomsten:

- [27 oktober: online informatiebijeenkomst Keer Diabetes2 Om](#)
- [18 november: online informatiebijeenkomst SLIMMER powered by Ancora en Cool-MiGuide](#)

Heb je een vraag over de leefstijlprogramma's, de inzet van leefstijlcoaches of de ondersteuning door Rijn en Duin? Mail je vraag naar projectleider Marieke van Schie via vanschie@rijnduin.nl.

Meer informatie over de GLI



Website



LinkedIn



YouTube

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@rijnduin.nl toe aan uw adresboek.