

Welkom bij GOAL!

GOAL! staat voor **G**ecombineerde **O**ndersteuning voor **A**mbulante **L**eefstijlinterventies voor mensen met een **ernstige psychiatrische aandoening**. Je krijgt intensieve begeleiding van verschillende experts om je leefstijl te verbeteren. Zij kennen de uitdagingen die samenhangen met de psychiatrische aandoening en kunnen je daarbij helpen. Het doel van GOAL! is om jouw lichamelijke en geestelijke gezondheid te verbeteren.

Chermaine Noortman, Bewegingswetenschapper,
promovendus, GGz Centraal en Maastricht Universiteit





Weinig
beweging

Roken

Ongezonde
voeding



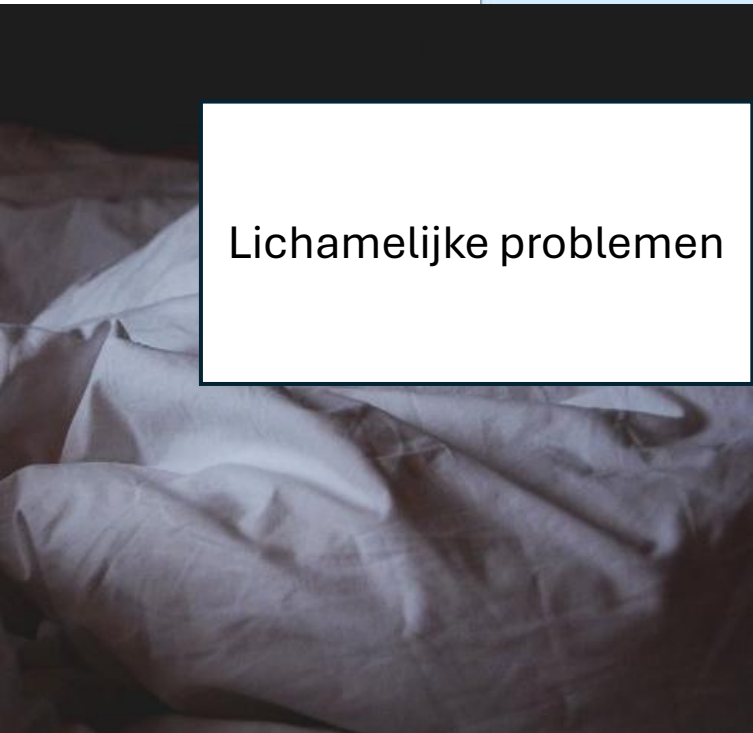


Symptomen van de
aandoening



Bijwerkingen van
medicatie

Extra uitdagingen



Lichamelijke problemen

Ongezonde
voeding



Gevolgen van de
aandoening (verminderde
sociaaleconomische
positie)

Mensen met psychische aandoeningen



Meta-Analysis > [Lancet Psychiatry](#). 2017 Apr;4(4):295-301. doi: 10.1016/S2215-0366(17)30078-0. Epub 2017 Feb 22.

Years of potential life lost and life expectancy in schizophrenia: a systematic review and meta-analysis

Carsten Hjorthøj¹, Anne Emilie Stürup², John J McGrath³, Merete Nordentoft⁴

Review > [Lancet Psychiatry](#). 2019 Aug;6(8):675-712. doi: 10.1016/S2215-0366(19)30132-4. Epub 2019 Jul 16.

The Lancet Psychiatry Commission: a blueprint for protecting physical health in people with mental illness

Joseph Firth¹, Najma Siddiqi², Ai Koyanagi³, Dan Siskind⁴, Simon Rosenbaum⁵, Cherrie Galletly⁶, Stephanie Allan⁷, Constanza Caneo⁸, Rebekah Carney⁹, Andre F Carvalho¹⁰,

Tot 15 jaar kortere levensverwachting

Lichamelijke gezondheids achterstand

THE LANCET PSYCHIATRY COMMISSION · Volume 12, Issue 9, P700-722, September 2025

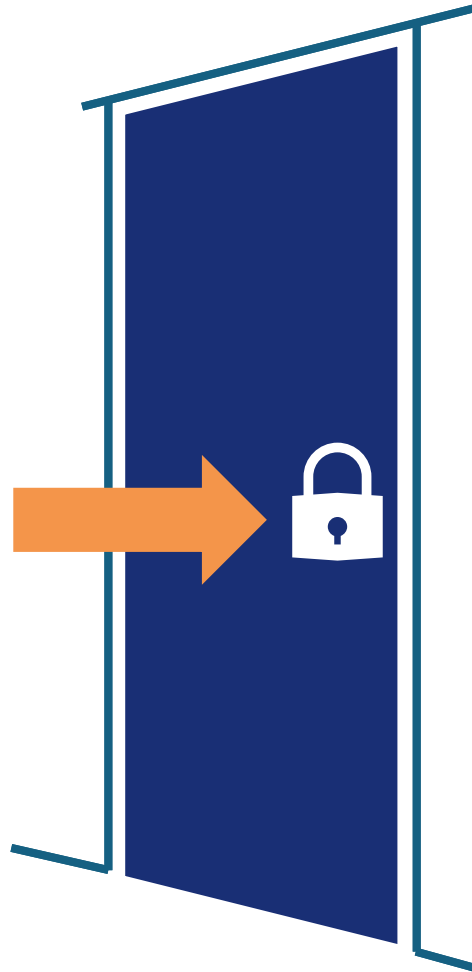
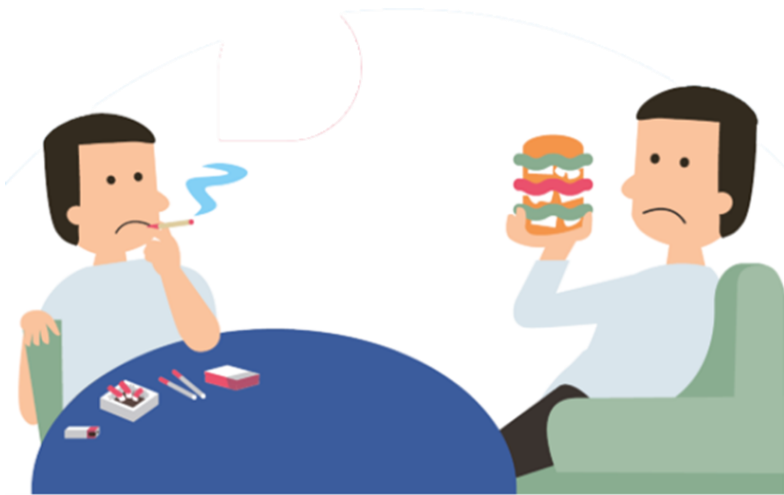
[Download Full Issue](#)

Implementing lifestyle interventions in mental health care: third report of the *Lancet Psychiatry* Physical Health Commission

Scott B Teasdale, PhD^{a,b} · Katarzyna K Machaczek, PhD^c · Wolfgang Marx, PhD^d · Melissa Eaton, MNutrDiet^e · Justin Chapman, PhD^{f,g} · Alyssa Milton, PhD^{h,i} · et al. [Show more](#)

Leefstijlondersteuning in de ambulante zorg

Mensen met een
ernstige psychiatrische
aandoening



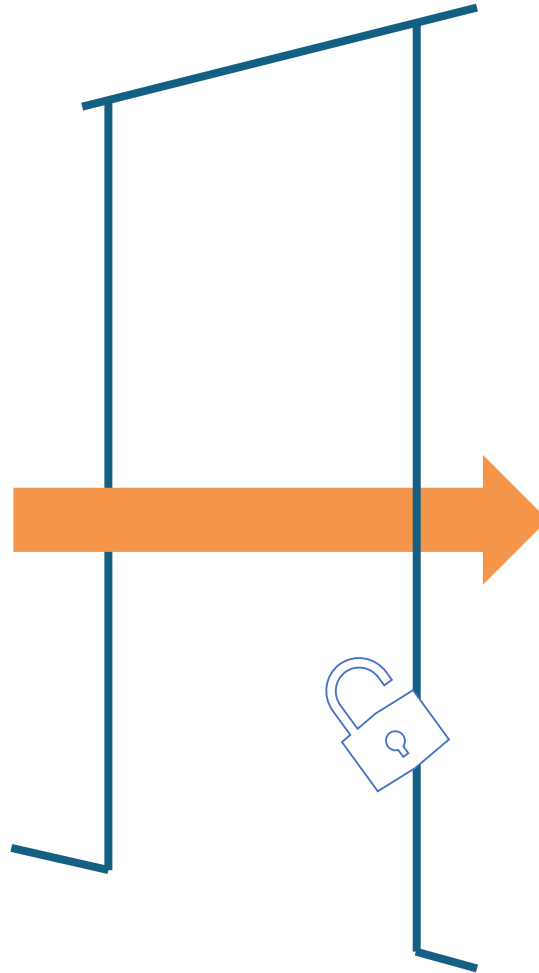
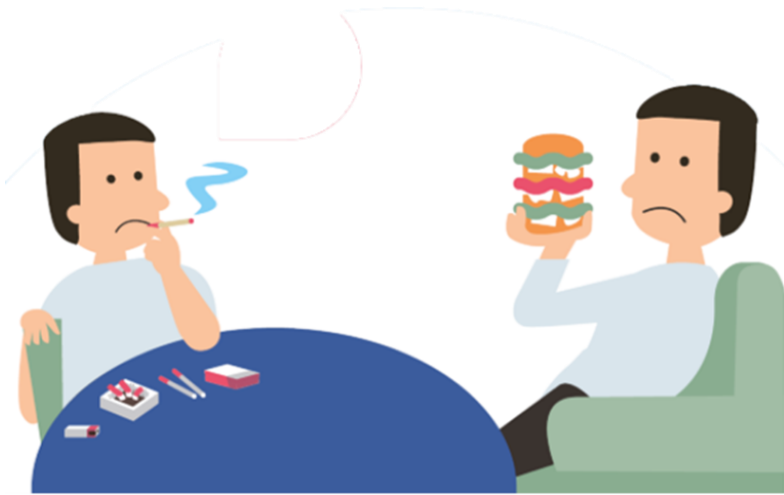
Gecombineerde
leefstijlinterventies in
Nederland



HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID

Leefstijlondersteuning in de ambulante zorg

Mensen met een
ernstige psychiatrische
aandoening



GOAL!
Ondersteuning bij leefstijl



Leefstijlondersteuning in de ambulante zorg

Gecombineerde
leefstijlinterventies in
Nederland

Cool
COACHING OP LEEFSTIJL

WILS
MER
gezonde
keuze

Beweeg Kuur

HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID

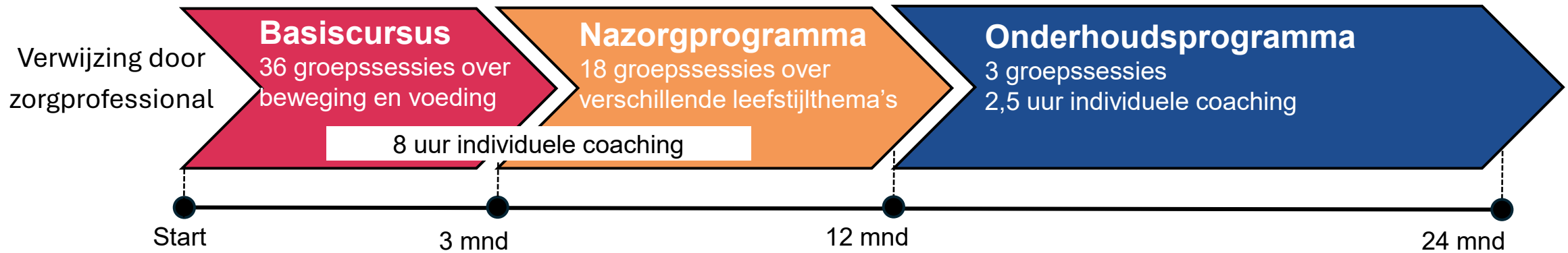


GOAL!
Ondersteuning bij leefstijl

- Andere inclusiecriteria
- Begeleid door professionals met kennis van de psychopathologie
- Meer groeps- en individuele ondersteuning

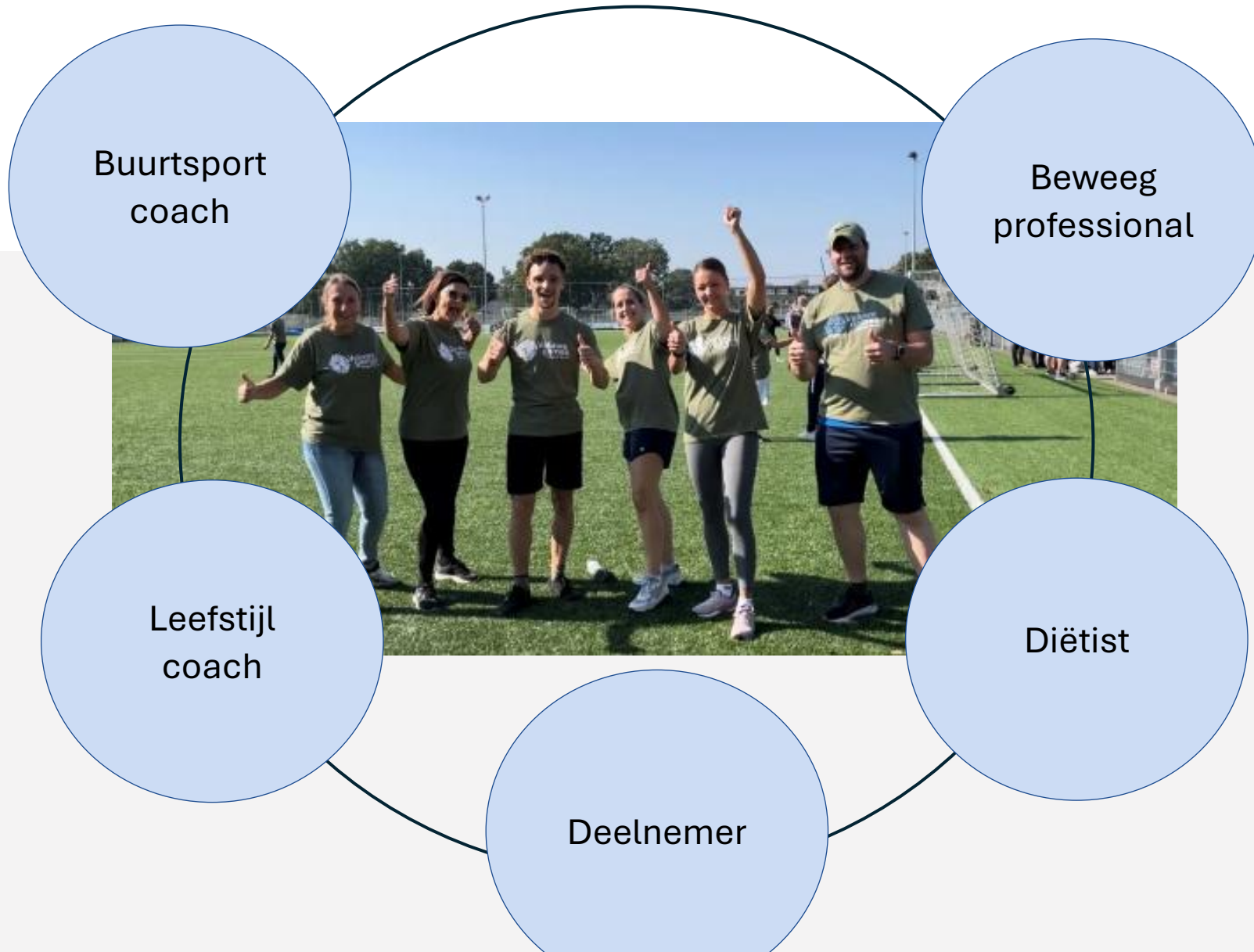
Interventie

Inclusiecriteria: volwassenen met een ernstige psychiatrische aandoening, een vergrote buikomtrek en ten minste één ander metabole risicofactor



Multidisciplinair team

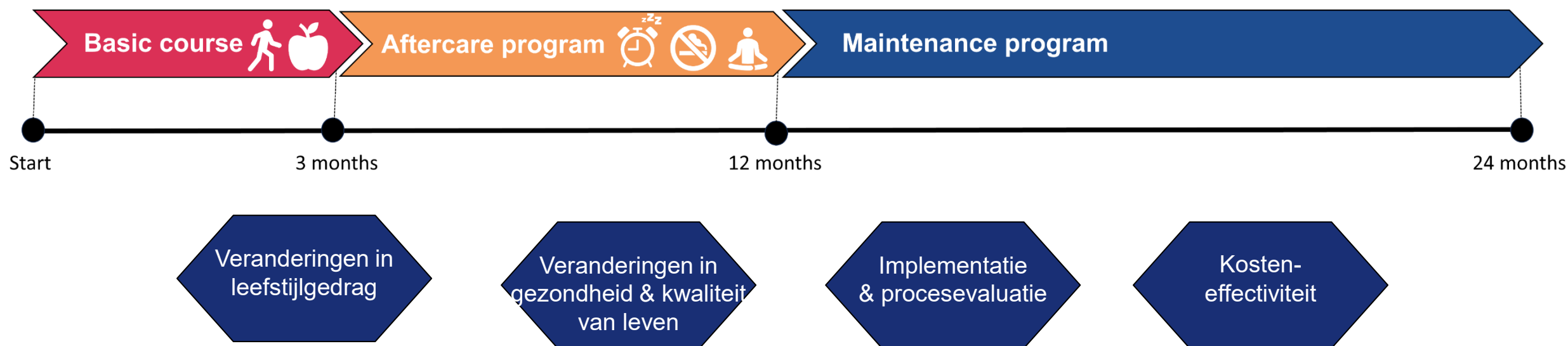
met expertise in psychiatrie





(Cost-)effectiveness and implementation of a combined lifestyle intervention for outpatients with severe mental illness (GOAL!): a hybrid quasi-experimental study protocol

[C. R. Noortman-van Meteren](#) , [M. M. E. van Schothorst](#), [N. M. den Bleijker](#), [B. Braakhuis-Keuning](#), [W. M. H. Houwert-Zuidema](#), [T. A. M. J. van Amelsvoort](#) & [J. Deenik](#)





RIVM De zorg voor morgen begint vandaag

[🏠](#) [Onderwerpen](#) [Over RIVM](#) [Publicaties](#) [Internationaal](#) [Contact](#) [Agenda](#)

[Home](#) > [Gecombineerde leefstijlinterventie \(GLI\)](#)

Gecombineerde leefstijlinterventie (GLI)

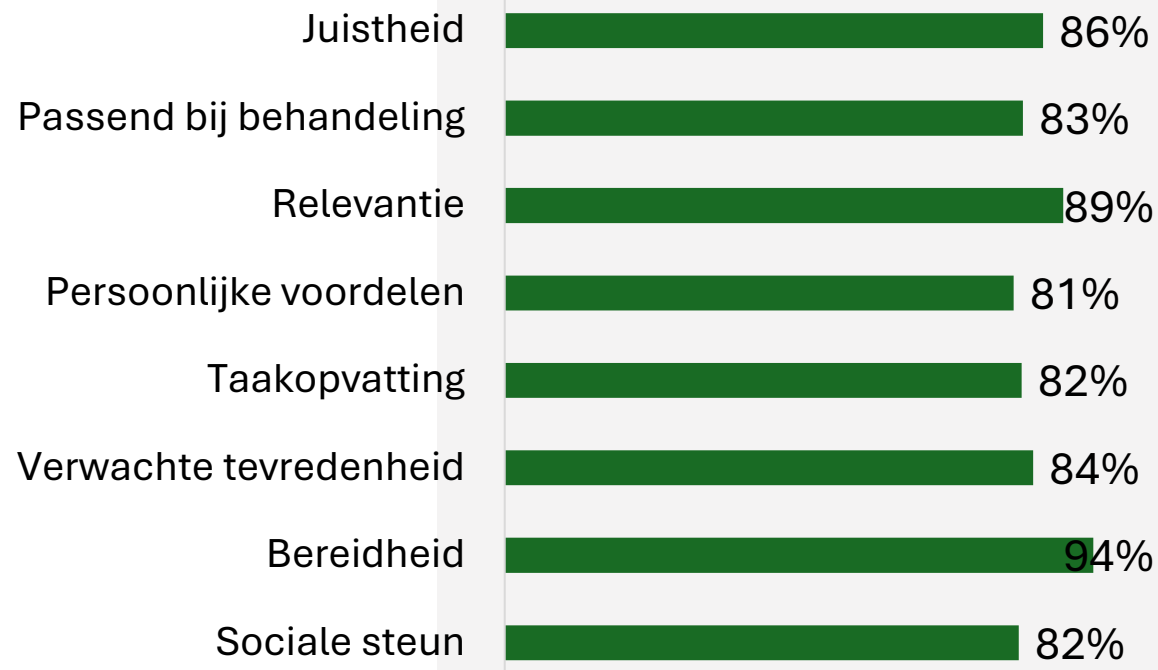
Op dit moment komen 7 erkende gecombineerde leefstijlinterventies voor vergoeding in aanmerking vanuit de basisverzekering:

- [Samen Sportief in Beweging](#),
- [de BeweegKuur](#),
- [SLIMMER](#),
- [Cool](#)
- [X-Fittt GLI](#)
- [Keer Diabetes2 Om](#)
- [Keer Diabetes2 Om-GLI-Online](#)
- [GOAL!](#)

Ervaren bevorderende factoren bij start

Bevorderend bij >80%
positieve scores onder
deelnemers

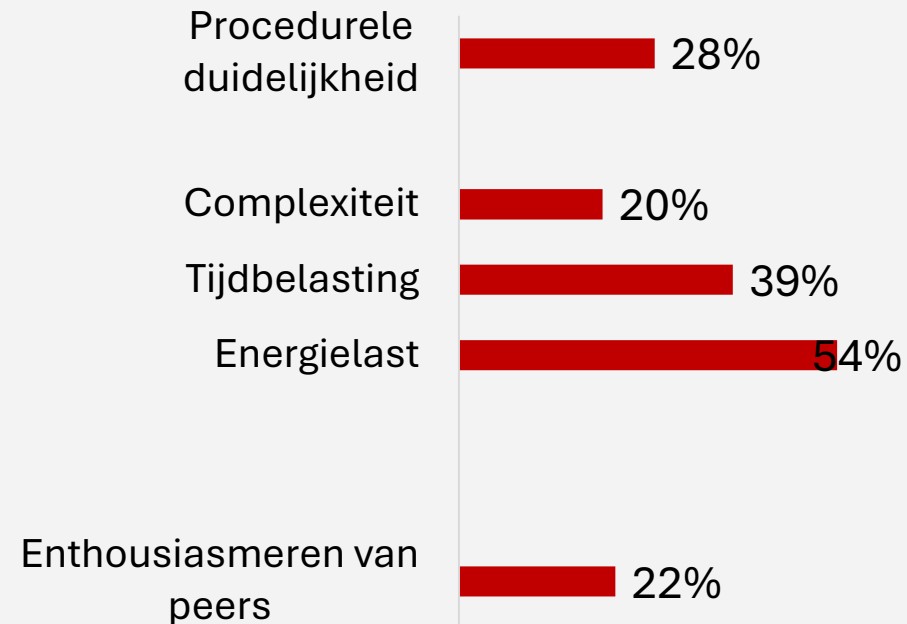
Augustus 2025 (N=63)



Ervaren belemmerende factoren bij start

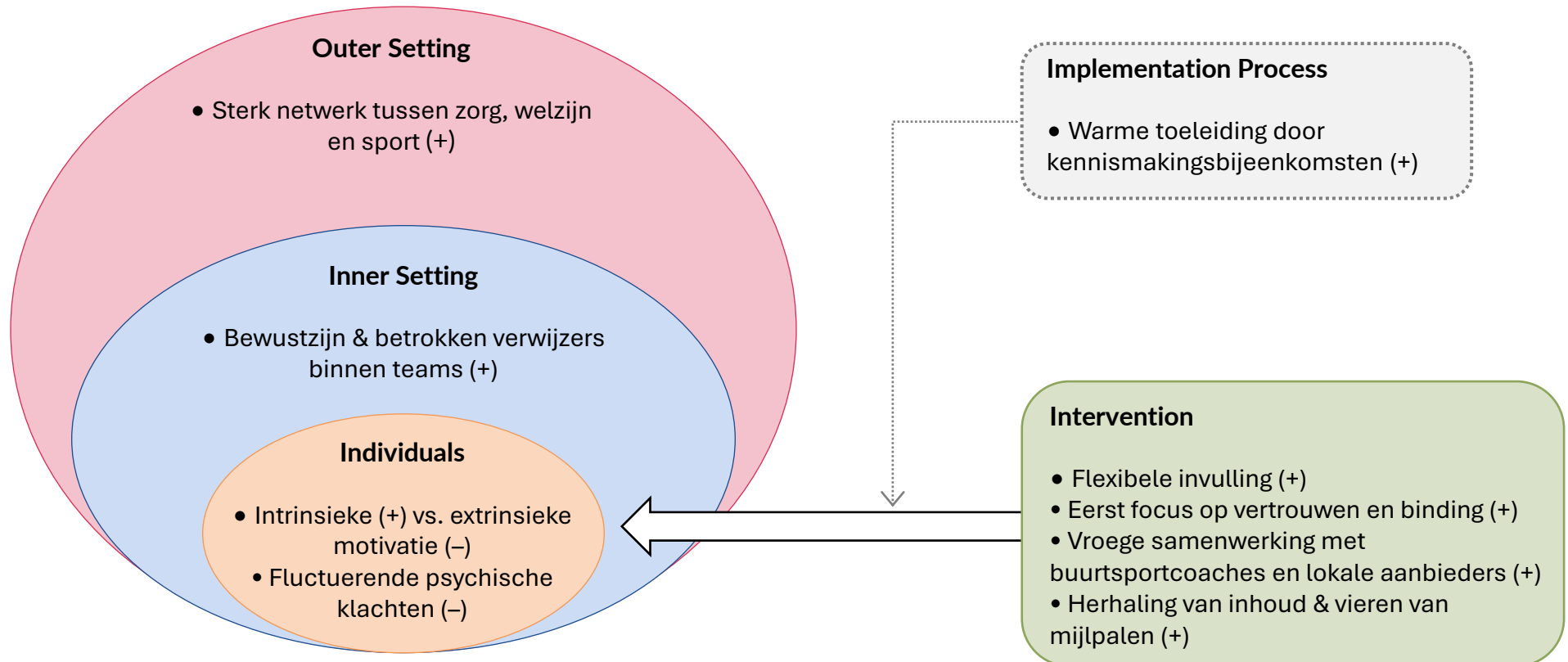
Belemmerend bij >20%
negatieve scores onder
deelnemers

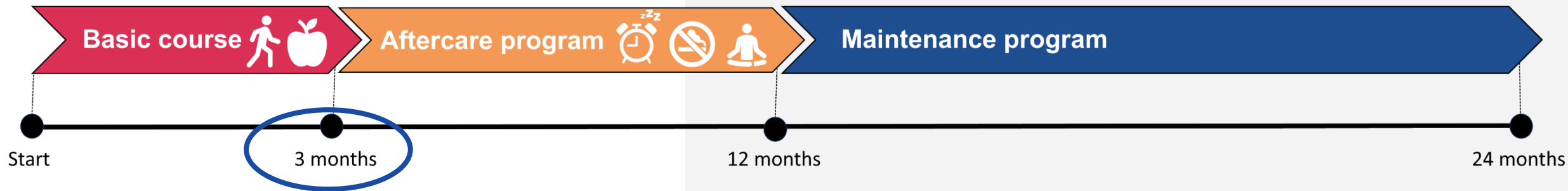
Augustus 2025 (N=63)



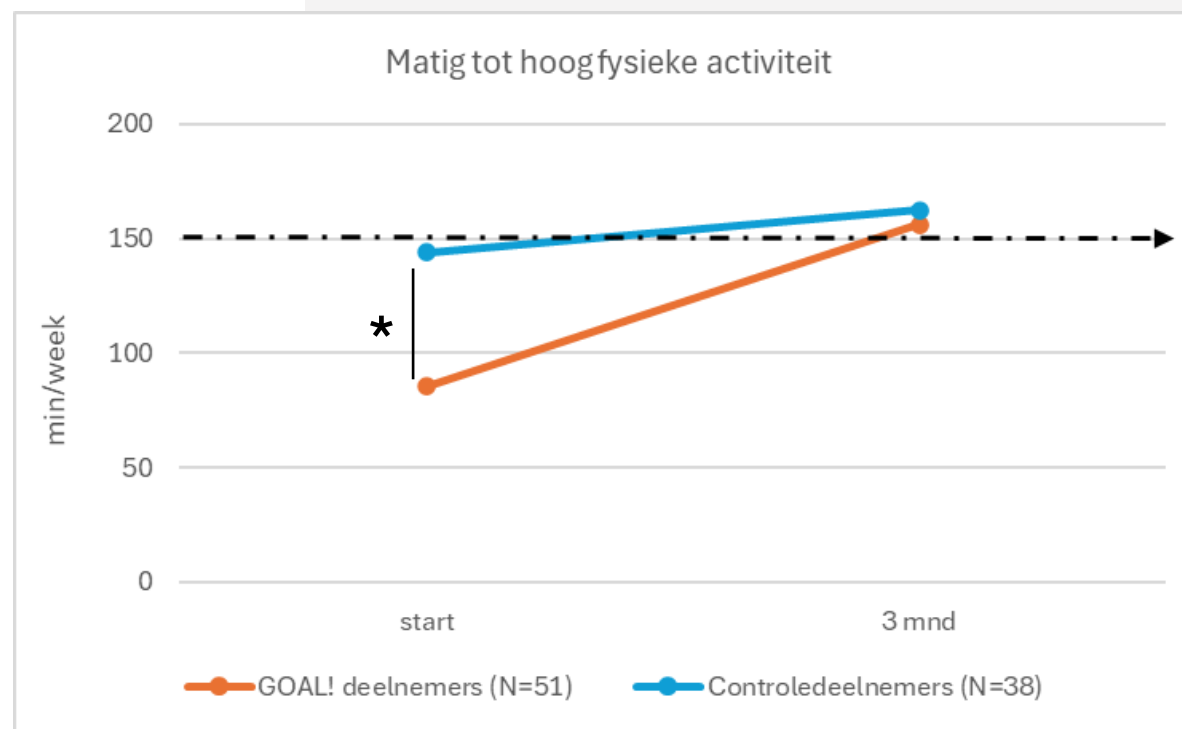
Procesevaluatie

CFIR framework mapping van interviews met multidisciplinair team (N=7)

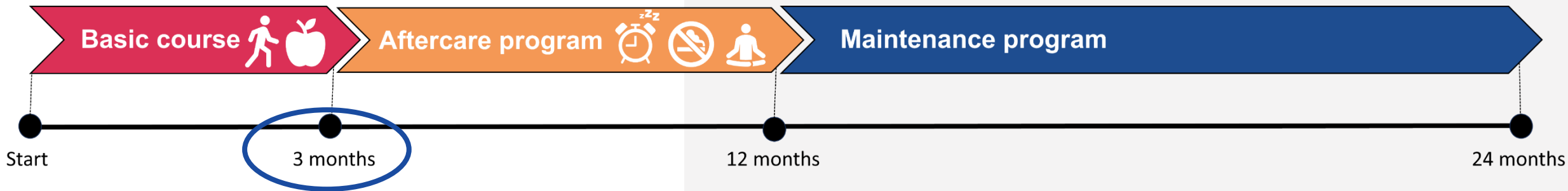




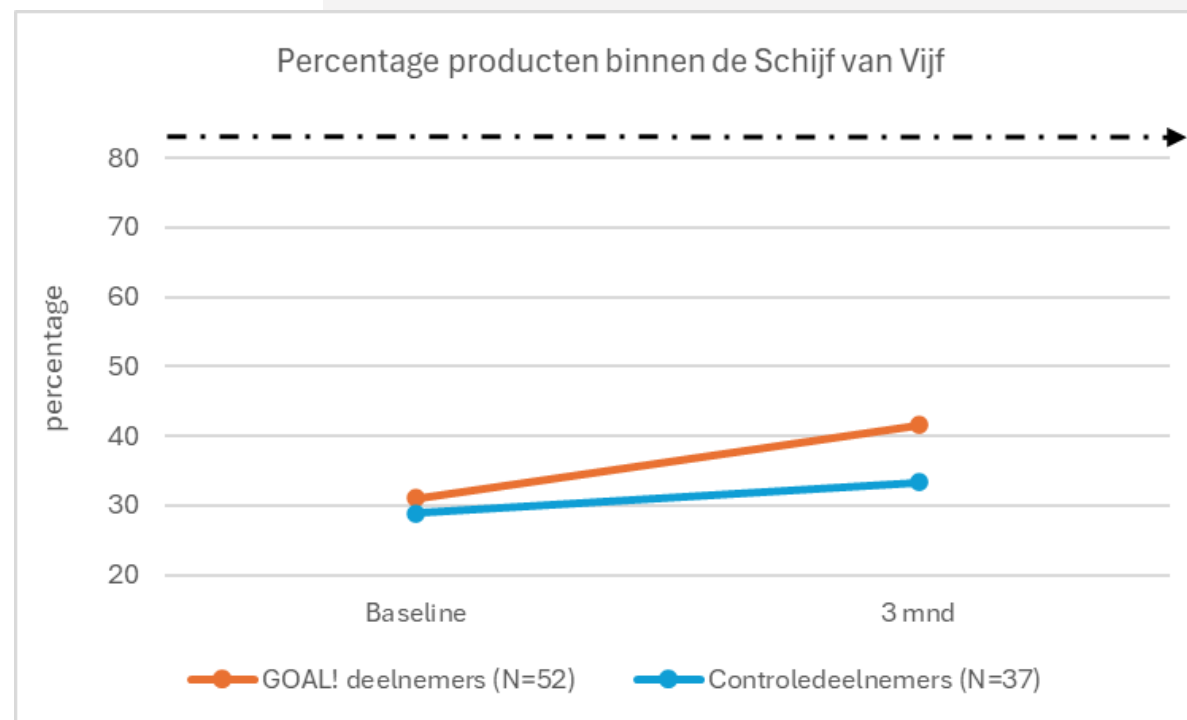
Verandering in fysieke activiteit



Richtlijn beweggedrag WHO



Verandering in voedingsgedrag



Richtlijn voedingscentrum:
min 85% van totale inname

Samenvattend: tussentijds effect van GOAL! na drie maanden deelname

- Verbetering in leefstijlgedrag (meer fysieke activiteit, verlaging van vet/zout), maar dit vertaalt zich na 3 maanden nog niet naar verbeterde gezondheidsuitkomsten
- De controlegroep laten ook vooruitgang zien, waardoor significante verschillen uitblijven

Bedankt!

<https://goalggz.nl/>

Maak kennis met het team van GOAL!

Jeroen Deenik



Projectleider en onderzoeker

Bianca Braakhuis



Projectleider

Carla
Neppelenbroek



Leefstijlcoach

Gysella Oosterhuis-
van Poelgeest



Leefstijlcoach

Paulien Rinsema-
Jansen



Leefstijlcoach

Ramon Potter



Beweegprofessional

Mariette Houwert-
Zuidema



Diëtist

Anne-Wil de Vries



Diëtist

Daniëlle Pos



Projectondersteuner

Chermaine
Noortman



Promovendus

Marit Dekkers



Stagiair

Sterre de Vries



Stagiair