

# Literatuurlijst Leefstijlcoach Fontys Hogescholen

(alleen verplichte literatuur) per module

## **Module 1: Gezondheid en (zelf)monitoring**

### **Verplichte literatuur:**

#### **Boeken:**

Miller W.R., Rollnick S. (2018). *Motiverende Gespreksvoering, Ekklesia (17-460)*. ISBN 978 90 75569 704

Michie S., Atkins L., West R. (2018). *Het gedragsveranderingswiel, 8 stappen naar succesvolle interventies*, Amsterdam University Press (13-166). ISBN 978 94 6298 666 4

Lemmers L., Greeff de J. (2018). *Gezondheidsbevordering en leefstijl, een praktische inleiding*, Boom uitgevers Amsterdam. ISBN 9789024421534

Stegeman N.E. (2017). *Voeding bij gezondheid en ziekte, handboek voor de gezondheidszorg*, Noordhoff Uitgevers B.V. ISBN 9789001875695

#### **Artikelen:**

Gezondheidsraad (2017). *Beweegrichtlijnen 2017*, Den Haag 2017; publicatienr. 2017/08.

Infographics: Joris Fiselier infographic,

<https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2017/08/22/beweegrichtlijnen-2017>

Nutbeam, D. (2000). *Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century*. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267. <http://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>

Scott, C., & Johnstone, A. M. (2012). *Stress and eating behaviour: implications for obesity*. *Obesity facts*, 5(2), 277-287.

Sørensen, K., Van Den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). *Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models*. *BMC Public Health*, 12(1).

2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee. *2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018,

[https://health.gov/paguidelines/second-edition/report/pdf/PAG\\_Advisory\\_Committee\\_Report.pdf](https://health.gov/paguidelines/second-edition/report/pdf/PAG_Advisory_Committee_Report.pdf)

Gezondheidsraad (2015), *Richtlijnen goede voeding 2015*,

<https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2015/11/04/richtlijnen-goede-voeding-2015>

## **Module 2: Zelfregie in Leefstijlverandering**

### **Verplichte literatuur**

**Boeken:**

Miller W.R., Rollnick S. (2018). *Motiverende Gespreksvoering, Ekklesia* (17-460). ISBN 978 90 75569 704

Michie S., Atkins L., West R. (2018). *Het gedragsveranderingswiel, 8 stappen naar succesvolle interventies*, Amsterdam University Press (13-166). ISBN 978 94 6298 666 4

Lemmers L., Greeff de J. (2018). *Gezondheidsbevordering en leefstijl, een praktische inleiding*, Boom uitgevers Amsterdam. ISBN 9789024421534

Stegeman N.E. (2017). *Voeding bij gezondheid en ziekte, handboek voor de gezondheidszorg*, Noordhoff Uitgevers B.V. ISBN 9789001875695

**Artikelen:**

Engels, J., Wijenberg, E., & Schepers, B. (2015). *Handreiking zelfmanagement en Beperkte Gezondheidsvaardigheden*, 1–50. [https://doi.org/10.1016/S0031-9422\(00\)86122-1](https://doi.org/10.1016/S0031-9422(00)86122-1)

Heijmans, M., & Waverijn, G. (2014). *Gezondheidsvaardigheden van chronische zieken belangrijk voor zelfmanagement*. <http://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.03921.x>

Movisie, & Brink, C. (2013). *Zelfregie, eigen kracht, zelfredzaamheid en eigen verantwoordelijkheid: De begrippen ontward*. Kennisdossier, (5), 1–26. Retrieved from

<https://www.movisie.nl/publicatie/zelfregie-eigen-kracht-zelfredzaamheid-eigen-verantwoordelijkheid-begrippen-ontward>

Prochaska, J. O. (2008). *Decision making in the transtheoretical model of behavior change*. *Medical decision making*, 28(6), 845-849.

**Module 3: De praktijk****Verplichte literatuur:****Boeken:**

Lemmers L., Greeff de J. (2018). *Gezondheidsbevordering en leefstijl, een praktische inleiding*, Boom uitgevers Amsterdam. ISBN 9789024421534

**Artikelen:**

Wagemaker Y. (2018), *Beweegkuur, Elst*, <https://www.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1800158>

Phillippens N., Janssen E. (2018), *Coaching op Leefstijl, Expertisecentrum Leefstijlinterventies*, Amersfoort, <https://www.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1800053>

Duijzer G., Beek ter J., Haveman-Nies A. (2018), *Slimmer, GGD Noord en Oost-Gelderland, Warnsveld*, <https://www.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/interventies-zoeken/1401417>

