

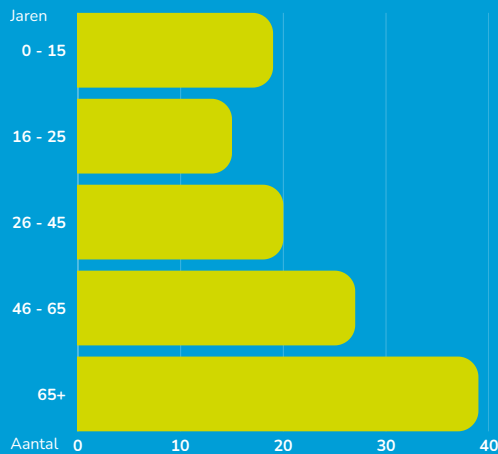
# Leefstijl Loket 2025

## Betere keuzes, beter leven

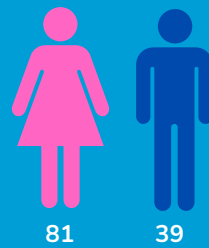
Het Leefstijl Loket van Interactie Sportbedrijf Ermelo B.V. begeleidt inwoners van Ermelo om hun levensstijl te verbeteren met betrekking tot vier thema's: beweging, voeding, ontspanning en slaap. Steeds meer mensen realiseren zich dat een gezonde levensstijl voordelen biedt op fysiek, emotioneel en mentaal niveau. Dankzij de persoonlijke en professionele begeleiding ervaren inwoners dat betere keuzes echt leidt tot een beter leven.

Het Leefstijl Loket zorgt voor een programma op maat, variërend van begeleiding bij het vinden van een passende beweegactiviteit (1 tot 2 weken) tot trajecten van enkele maanden. Alle interventies zijn gericht op een gezondere (beweeg) leefstijl.

### Leeftijd

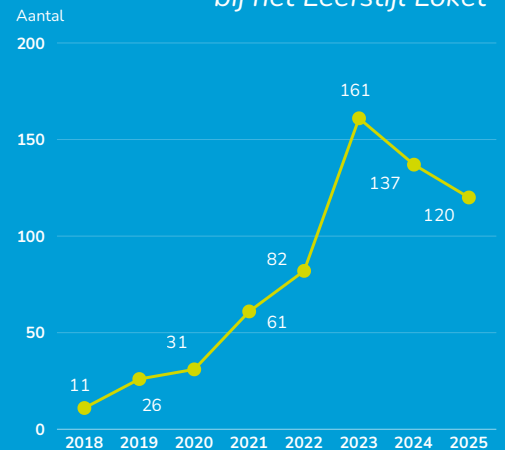


### Geslacht

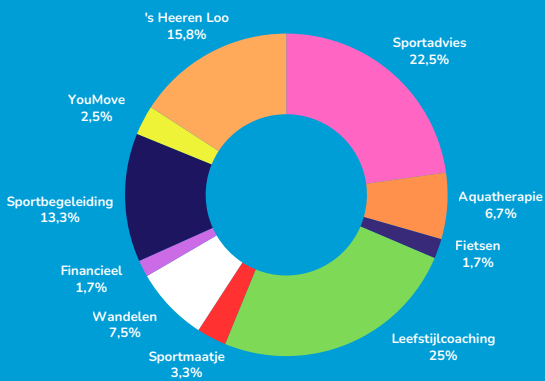


### Aantal inwoners

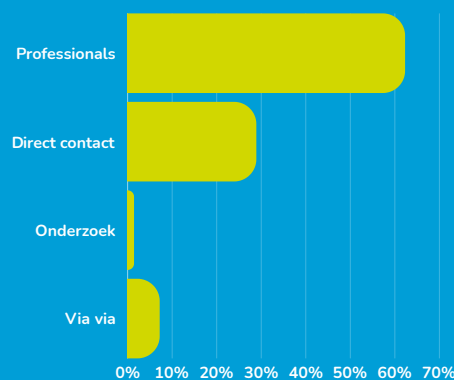
bij het Leefstijl Loket



### Hulpvraag van de inwoners

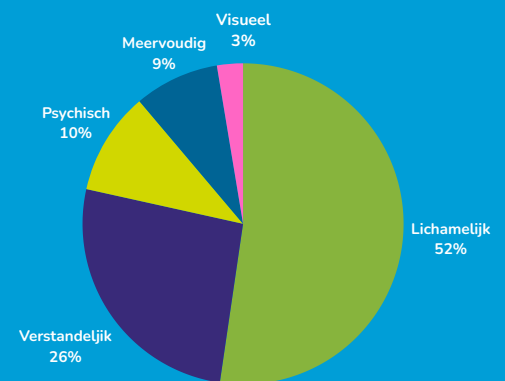


### Bekend met het Leefstijl Loket via:



### Beperking van de inwoners

Meer dan de helft van de aanmeldingen heeft lichamelijke gezondheidsuitdagingen.



Met het Leefstijl Loket willen we ervoor zorgen dat elke inwoner van Ermelo weer fit en vitaal wordt. Dit zorgt ervoor dat hun leefwereld groter wordt, dat ze langer zelfstandig thuis blijven wonen en dat ze onderdeel van de maatschappij zijn.

Interactie heeft in 2025 de samenwerking met de lokale zorg- en welzijnsorganisaties voortgezet. Zij was betrokken bij onder andere de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI), Uniek Sporten en de valpreventie cursus. De wandelgroep wandelt wekelijks 5-7 kilometer per wandeling. Ongeveer 140 zorgprofessionals in Ermelo ontvangen ieder kwartaal een nieuwsbrief met informatie over een gezonde leefstijl, aangepast sporten, hoe zorg en sport elkaar versterken en algemene zaken die spelen.

De Social Return on Investment (SROI) van investeringen in sport en beweging is de afgelopen jaren in Ermelo geschat op een maatschappelijk rendement van 2,83. Dit betekent dat de opbrengsten nog steeds hoger zijn dan de kosten.