



Academy  
for Integrative  
Medicine

*Academy for Integrative Medicine*

# *Studiegids 2022-2023*

*Tweejarige opleiding Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde*

## Inhoud

Inleiding.....	3
Stand van zaken .....	3
Herkomst integrale geneeskunde .....	3
Over de Academy for Integrative Medicine.....	3
Over de opleidingen .....	4
Onderwijsconcept .....	5
Onderwijsvorm.....	5
Docenten.....	5
Basisjaar .....	5
Verdiepingsjaar .....	6
Relatie tussen basis- en verdiepingsopleiding.....	6
Afgeronde opleiding.....	6
Locatie.....	6
Accreditaties .....	7
Opleiding .....	8
Opleidingsdata 2022-2023 .....	8
Besloten onderdelen .....	9
Open onderdelen .....	9
Toelatingseisen .....	9
Studiebelasting.....	9
Lestijden .....	9
Portfolio .....	9
Intervisie .....	9
Stage .....	9
Coaching.....	10
Lesmateriaal.....	10
Vrijstelling .....	11
Uitstel.....	11
Examenreglement .....	11
Examen.....	11
Herkansing .....	11
Diploma.....	12
Praktische informatie .....	13
Studiekosten .....	13
Studiefinanciering .....	13
Erkenning .....	13

## Studiegids tweejarige opleiding AIM 2022-2023

Eindtermen.....	14
Beschouwing.....	14
Opleidingsleerdoelen eerste studiejaar, per opleidingsblok.....	17
Opleidingsleerdoelen tweede studiejaar, per opleidingsblok.....	23
Organisatie.....	26
Bestuur.....	26
Raad van Advies.....	26
Opleidingscoördinatoren en office managers.....	27
Commissies.....	27
Onderwijscommissieleden.....	27
Algemene voorwaarden.....	28

## Inleiding

Na een succesvol congres in 2012, *Heel de mens, Integrative Medicine in de praktijk*, is het initiatief geboren voor een opleidingsinstituut in Nederland, de *Academy for Integrative Medicine* (AIM) in navolging van academische instituten voor Integrative Medicine in de Verenigde Staten.

Hieraan wordt meegewerkt door alle pioniers op dit gebied, hoogleraren van diverse medische specialismen, wetenschappers en deskundigen op diverse vakgebieden, in nauwe samenwerking met beroepsverenigingen van artsen die integrale geneeskunde toepassen.

## Stand van zaken

- De AIM biedt sinds 2015 een gedegen en unieke opleiding aan in integrale geneeskunde in Nederland.
- De AIM is voorloper in Europa.
- Inmiddels hebben ruim 250 artsen, huisartsen en medisch specialisten, de basisopleiding met goed gevolg afgerond en is er sinds 2020 een verdiepingsopleiding.
- Vanaf september 2022 wordt de tweejarige opleiding als één geheel aangeboden.

## Herkomst integrale geneeskunde

In de Verenigde Staten is integrale geneeskunde sinds het einde van de 20e eeuw een begrip.

Integrative Medicine wordt in de VS momenteel aan meer dan de helft van alle academische centra onderzocht, gedoceerd en toegepast waaronder de meest prestigieuze als Harvard, Yale en Stanford.

Het Amerikaanse *Academic Consortium for Integrative Medicine and Health*<sup>1</sup> (ACIMH) waarin deze centra zijn verenigd, geeft de volgende definitie (2018):

‘Integrative medicine and health reaffirms the importance of the relationship between practitioner and patient, focuses on the whole person, is informed by evidence, and makes use of all appropriate therapeutic and lifestyle approaches, healthcare professionals and disciplines to achieve optimal health and healing.’

De AIM vertaalt dit als volgt: ‘Integrale geneeskunde (1) stelt de gelijkwaardige relatie tussen patiënt en zorgverlener centraal, (2) kijkt naar de gehele mens, (3) maakt op basis van wetenschappelijk onderzoek gebruik van alle geschikte therapeutische en leefstijlbenaderingen, zorgprofessionals en disciplines, om zo (4) tot optimale gezondheid en optimaal herstel te komen.’

## Over de Academy for Integrative Medicine

De Academy for Integrative Medicine (AIM) is opgericht in 2015 en is momenteel hét opleidingsinstituut in Nederland op het gebied van Integrative Medicine.

Het hoofddoel van de AIM is het bevorderen van de implementatie van een integrale visie op geneeskunde in de Nederlandse gezondheidszorg.

Om dit doel te bereiken streeft de AIM de volgende subdoelen na:

---

<sup>1</sup> Internetsite Academic Consortium for Integrative Medicine & Health 2018. Beschikbaar via: Academic Consortium for Integrative Medicine & Health.

- het aanbieden, op basis van wetenschappelijke inzichten, van onderwijs gericht op:
  - visie, kennis en vaardigheden ten behoeve van de toepassing van de principes van integrale zorg;
  - het ontwikkelen van een open attitude ten opzichte van gezondheid en gezondheidsbevordering;
  - de ontwikkeling van de arts, zowel professioneel als persoonlijk;
- het ontwikkelen en onderhouden van netwerken rond integrale zorg en gezondheid;
- het actief bijdragen aan kennisdisseminatie; en
- het agenderen van kennisbehoeften en bijeenbrengen van kennis.

De AIM is nauw verbonden met het *Consortium voor Integrale Zorg en Gezondheid*.

Het Consortium voor Integrale Zorg en Gezondheid (CIZG) is een Nederlands samenwerkingsverband van academische en topklinische ziekenhuizen, een GGZ-organisatie en een onderzoeksinstituut. Het CIZG streeft een integraal gezondheidszorgsysteem na met wetenschappelijk onderbouwde, veilige en effectieve behandelingen.

De AIM is een strategische samenwerking aangegaan met de Vereniging Arts & Leefstijl. Het doel van deze samenwerking is:

- Het actief bevorderen van integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde (als een groot en belangrijk onderdeel van integrale geneeskunde) in de Nederlandse gezondheidszorg.
- Het promoten en versterken van het scholingsaanbod op het gebied van leefstijlgeneeskunde onder andere door:
  - te bekijken of en welke onderdelen van de AIM opleiding tot geaccrediteerd webinar bij A&L kan worden gevormd om zo in gezamenlijkheid een scholing aan te bieden
  - te bespreken of en welke opleiders/sprekers voor beide organisaties kunnen worden gevraagd
- Het afstemmen van scholingsagenda's om te zorgen dat scholingen niet op dezelfde dagen plaatsvinden.
- Het delen van elkaars scholingen op de respectievelijke websites waarbij inschrijvingen, verdiensten en verantwoordelijkheden blijven liggen bij de organiserende partij.

## Over de opleidingen

De AIM verzorgt, in nauwe samenwerking met hoogleraren, experts en vooraanstaande onderzoekers, kort- en langlopende opleidingsprogramma's van excellente kwaliteit. Het onderwijs is gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten.

Het programma is multidisciplinair van opzet en de lessen worden verzorgd door vooraanstaande hoogleraren, betrokken docenten, wetenschappelijke onderzoekers en ervaren beroepsbeoefenaren.

De opleidingen en nascholingen zijn gericht op artsen, tandartsen, Physician Assistants en apothekers. Minimaal wordt vereist dat de deelnemer basisarts is of student geneeskunde in de masterfase.

De opleidingen van de AIM zijn gebaseerd op de integrale visie zoals deze in de Verenigde Staten is ontwikkeld, met de nadruk op leefstijlgeneeskunde (voeding, beweging, stressmanagement en zingeving), het systeemdenken en basale kennis van evidence based aanvullende behandelmethoden.

Uitgangspunten van Integrative Medicine zijn een meer coachende houding van de arts, de mens als geheel zien, gebruik maken van alle beschikbare therapeutische mogelijkheden waarvoor wetenschappelijke onderbouwing bestaat, en de nadruk op gezondheidsbevordering.

Tijdens de tweejarige opleiding zal de deelnemer zich op deze gebieden verder kunnen ontwikkelen qua kennis en vaardigheden. In het onderwijs is veel ruimte voor uitwisseling van ervaringen, het opbouwen van een professioneel netwerk en voor persoonlijke groei.

### Onderwijsconcept

De AIM biedt een tweejarige opleiding aan in Integrative Medicine en Leefstijlgeneseskunde. Na deze tweejarige opleiding zijn er diverse specialisatiemogelijkheden, zowel in Integrative Medicine, Leefstijlgeneseskunde alsook de belangrijkste aanvullende behandelmethoden.

Het onderwijs wordt in deeltijd gegeven. De opleidingsdagen van de beide studiejaar zijn gepland op vrijdagavonden en aansluitende zaterdagen.

### Onderwijsvorm

De onderwerpen die binnen de lessen van de Academy for Integrative Medicine behandeld worden, zijn gebaseerd op een duidelijke theorie, wetenschappelijk onderzoek en praktische ervaring. Met behulp van deze onderwijslijn raakt de arts bekend met de theoretische en wetenschappelijke achtergrond van Integrative Medicine, en leert hij/zij deze direct toe te passen in de praktijk door ingebrachte casuïstiek onderling te bespreken, informatie uit te wisselen en deel te nemen aan ervaringsgerichte workshops.

### Docenten

Docenten zijn o.a. prof. dr. Hanno Pijl, prof. dr. Frits Muskiet, prof. dr. Dirkjan van Schaardenburg, prof. dr. Hans Kerckamp, dr. Remko Kuipers, dr. Herman van Wietmarschen, dr. Rogier Hoenders, dr. Věra Novotný, drs. Ines von Rosenstiel, prof. dr. Carlo Leget, prof. dr. Bert van der Horst, lector dr. Erik Baars, drs. Karin Pijper, prof. dr. Renger Witkamp, dr. ir. Esther van de Wall, prof. dr. Leonard Hofstra, Pim van Lommel, prof. Pierre Capel, Marjan Meddens, Prof. dr. Jim van Os, drs. Annemarie Semeijn, dr. Bram Tjaden, drs. Astrid Vester en drs. Eljanne Wardenier.

### Basisjaar

Tijdens het basisjaar zal een groot deel van de lessen worden gegeven in de vorm van interactieve colleges. De docenten zijn hoogleraren vanuit verschillende specialismen en artsen vanuit diverse vakrichtingen.

Daarnaast zullen zowel het basisjaar als tijdens het verdiepingsjaar op de zaterdagochtenden ervaringsgerichte workshops gegeven worden tijdens het *heal the healer* traject. Hiermee wordt aandacht besteed aan de persoonlijke en professionele ontwikkeling van de deelnemer, met oefeningen en allerlei workshops waarbij steeds een ander aspect van Integrative Medicine aan bod komt. Zo kan in de breedste zin kennis gemaakt worden met verschillende therapieën, methoden en toepassingen die het zelfherstellend vermogen stimuleren. Door de workshops aan den lijve te ervaren krijgt de deelnemer meer inzicht in de mogelijkheden die deze toepassingen kunnen bieden ter aanvulling op de behandeling.

Tijdens het basisjaar van de opleiding bestuderen de deelnemers met elkaar NHG-standaarden of specialistische richtlijnen van veel voorkomende aandoeningen om deze zo mogelijk uit te breiden met wetenschappelijk onderbouwde aanvullende methoden. Op de laatste dag van het basisjaar worden deze 'integrale richtlijnen' groepsgewijs gepresenteerd. De deelnemer loopt twee dagen stage bij een ervaren IM-arts/specialist. Hiervan wordt een kort verslag gemaakt met gestructureerde vragen en opdrachten.

De deelnemer neemt zelfstandig een integrale anamnese af bij een patiënt en maakt hiervan een helder verslag met diagnoses en een integraal behandelplan.

Aan het begin van het jaar zullen regionale mentorgroepen worden gevormd die begeleid worden door een vaste mentor. Naast twee bijeenkomsten op de vrijdagavond zullen deze groepen driemaal per jaar bij elkaar komen, eerst als mentorgroep, later in het jaar als intervisiegroep. Daarnaast krijgt iedere deelnemer twee individuele gesprekken aangeboden, in het begin van de opleiding om kennis te maken, waarbij wensen en verwachtingen kunnen worden uitgesproken, en aan het eind van de opleiding een evaluatiegesprek.

### Verdiepingsjaar

De nadruk van het onderwijs in het verdiepingsjaar zal op de praktische toepassing van *Integrative Medicine* en *Leefstijlgeneeskunde* liggen.

Op vrijdagavond wordt een inleiding gegeven op een specifieke indicatie of staat er een toepassing centraal. Tijdens de avonden is er veel aandacht voor coaching, en persoonlijke en professionele ontwikkeling. De factoren die een rol spelen in de verhouding van de arts tot de patiënt zullen gedurende het curriculum duidelijk worden. Het programma van de zaterdagochtenden geeft theoretische verdieping over het onderwerp waarna er in de middag tijdens een workshop wordt toegewerkt naar praktische toepassing van het geleerde.

De intervisiegroepen uit het eerste jaar kunnen zelfstandig verder gaan. Daarnaast wordt iedere deelnemer drie coachingsgesprekken aangeboden.

### Relatie tussen basis- en verdiepingsopleiding

- Het verdiepingsjaar volgt op het basisjaar. Waar in het basisjaar een introductie wordt gegeven gaat het verdiepingsjaar dieper in op de materie.
- Toegang tot het verdiepingsjaar kan in principe alleen na het succesvol afsluiten van het basisjaar, tenzij de deelnemer vrijstelling krijgt van de onderwijscoördinator op basis van eerder genoten onderwijs en/of werkervaring.

### Afgeronde opleiding

Na het behalen van het examen van het basisjaar ontvangt de deelnemer de 'Aantekening' *Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde*.

Na afronding van het verdiepingsjaar, die eveneens jaarlijks begin september start, kan men zich *Arts voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde* noemen en als zodanig binnen het eigen werkveld optreden.

### Locatie

Het onderwijs wordt gegeven in Woudschoten Hotel & Conferentiecentrum, te Zeist en het nabijgelegen Better Meetings. Centraal gelegen op een bosrijk eigen landgoed van 45 hectare is dit een plek om werkelijk tot rust te komen, zodat er ruimte is voor persoonlijke en professionele ontwikkeling.

Tussen al dit groen biedt Woudschoten een sfeervolle accommodatie met 30 zalen en 140 hotelkamers. Het is dus mogelijk om tijdens de opleidingsweekenden te blijven logeren in het hotel. Voor deelnemers van de AIM geldt een kortingsregeling voor de overnachtingen.

## Accreditaties

Voor de beide opleidingsjaren en de nascholingsdagen wordt accreditatie aangevraagd bij:

- KNMG Accreditatie Bureau Cluster 1 (ABC1) - accreditatiebureau voor huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde en artsen voor verstandelijk gehandicapten
- KNMG AbSg - Accreditatie Bureau Sociale Geneeskunde voor bedrijfsartsen
- Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG)
- De Nederlandse Vereniging van Antroposofische Artsen (NVAA)



## Opleiding

In dit hoofdstuk wordt de tweejarige opleiding kort beschreven. Wij verwijzen naar de leerdoelen per studieblok en de eindtermen voor de uitgebreide beschrijvingen. Aan het eind van deze studiegids zijn de algemene voorwaarden opgenomen. Door inschrijving geeft de opdrachtgever/deelnemer te kennen deze voorwaarden te accepteren.

### Opleidingsdata 2022-2023

Hieronder zijn de data opgenomen van de beide opleidingsjaren:

<b>Blok 1</b>	2 en 3 september 2022
jaar 1 - Introductie- en nascholingsdag Basisopleiding IM (alleen zaterdag)	
jaar 2 - Fysiologie	
<b>Blok 2</b>	7 en 8 oktober 2022
jaar 1 - Practice based Integrative Medicine	
jaar 2 - Microbioom en gezondheid	
<b>Blok 3</b>	11 en 12 november 2022
jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde I: beweging, ademhaling en slaap	
jaar 2 - Metabool syndroom	
<b>Blok 4</b>	9 en 10 december 2022
jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde II: voeding, fysiologie en preventie	
jaar 2 - Hormonen	
<b>Blok 5</b>	13 en 14 januari 2023
jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde III: voeding als medicijn	
jaar 2 - Low grade inflammation en oxidatieve stress	
<b>Blok 6</b>	3 en 4 februari 2023
jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde IV: stressmanagement, zingeving en spiritualiteit	
jaar 2 - Immunsysteem, allergieën en auto-immuunziekten	
<b>Blok 7</b>	10 en 11 maart 2023
jaar 1 -Systeembioologie en traditionele behandelmethoden TCM/acupunctuur	
jaar 2 - Oncologie en epigenetica	
<b>Blok 8</b>	14 en 15 april 2023
jaar 1 - Introductie in de homeopatische geneeskunde	
jaar 2 - Nieuwe GGZ - neurotransmitters en psyche	
<b>Blok 9</b>	12 en 13 mei 2023
jaar 1 - Integrale geneeskunde in de antroposofische (huis)artsenpraktijk	
jaar 2 - Bewustzijn, spiritualiteit en verbinding	
<b>Blok 10</b>	9 en 10 juni 2023
jaar 1 - Evaluatie, implementatie netwerk, Integrale behandelrichtlijnen	
jaar 2 - Integratie 'Leefstijl als Medicijn' - IOP en praktijk	

Op de eerste zaterdag van juli vinden normaliter de examens plaats.

### Besloten onderdelen

Beide opleidingsjaren bestaan uit tien blokken en een examen. Elk lesblok bestaat uit een vrijdagavond en de aansluitende zaterdag.

De vrijdagavonden en zaterdagochtenden vóór 10.00 uur zijn alleen toegankelijk voor de deelnemers aan de opleiding.

Bij beide jaren is de laatste opleidingsdag in juni besloten, om ruimte te maken voor het onderling behandelen van de studiestof en het presenteren van de groepsopdrachten.

### Open onderdelen

Bij het basisjaar staan de meeste zaterdagen open als nascholingsdag voor (tand)artsen en apothekers.

In het verdiepingsjaar zijn de meeste zaterdagochtenden open voor losse inschrijvingen.

### Toelatingseisen

De opleidingen en nascholingen van de Academy for Integrative Medicine zijn bestemd voor artsen. Minimaal wordt vereist dat de deelnemer basisarts is of student geneeskunde in de masterfase. Geïnteresseerden met een apothekers- of tandheelkundig diploma, evenals Physician Assistents, worden ook toegelaten.

U kunt aan het tweede jaar deelnemen als u het basisjaar Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde van de Academy for Integrative Medicine met goed gevolg heeft afgerond.

Als u een vergelijkbare opleiding heeft afgerond op postacademisch niveau waarin alle aspecten van leefstijlgeneeskunde zijn behandeld, vergelijkbare kennis van *Functional Medicine*, kPNI of orthomoleculaire geneeskunde/fytotherapie is geboden en aspecten van mindfulness of vergelijkbare bewustwordingstechnieken zijn meegenomen kunt u een aanvraag indienen. De onderwijscommissie zal beoordelen of deze opleiding voldoende is voor deelname aan het tweede jaar.

### Studiebelasting

De studiebelasting voor deze tweejarige opleiding bedraagt drie tot vier uur per week.

### Lestijden

Het vrijdagavondprogramma duurt van 19.30-21.30 uur. Het zaterdagprogramma start met een besloten ochtendworkshop van 08.00-09.00 uur, gevolgd door het ontbijt, en het dagprogramma duurt van 10.00-17.00 uur.

### Portfolio

Van iedere deelnemer wordt verwacht dat deze tijdens het eerste jaar van de tweejarige opleiding een portfolio opbouwt met een stageverslag, verslag integrale casusbespreking, literatuurstudie en uitwerking posteropdracht NHG-standaard. De inhoud van het portfolio wordt nader beschreven in de eindtermen.

### Intervisie

Van iedere deelnemer wordt verwacht dat deze deelneemt aan mentor- en intervisiebijeenkomsten.

### Stage

Binnen het eerste studiejaar is een stage van twee dagen in een IM-praktijk verplicht,

waarvan ook een schriftelijk verslag wordt gemaakt. Het format hiervoor is opgesteld door de Examencommissie van de onderwijscommissie (OWC).

## Coaching

Tijdens het tweede studiejaar bieden wij de deelnemers een coachingstraject aan van drie sessies. Daarnaast adviseren wij extra sessies aan buiten de opleiding, ten behoeve van eigen groei en ontwikkeling en om te ervaren wat coaching voor de patiënt kan betekenen. De OWC heeft een lijst samengesteld van ervaren coaches en die u hierbij kunnen begeleiden.

## Lesmateriaal

Presentaties, literatuurlijst en artikelen.

### Verplichte literatuur:

- Verplichte literatuur betreft artikelen opgegeven door de docenten en staan online op het studentenportaal; per lesblok per docent geordend. Dit is gedurende het studiejaar in te zien.

### Aanbevolen literatuur basisjaar:

- Karlien Bongers en Astrid van Koppen, *Integrative Medicine*, Singeluitgeverijen, 2011, ISBN 9789029575904
- Michael Cohen, *Ethics of Complementary and Alternative Medicine Use in Children*, Pediatric Clinics of North America, 2007: vol 54#6 dec, pp 875-884
- Rogier Hoenders, *Integrative Psychiatry; Conceptual foundation, implementation and effectiveness*; Proefschrift, Groningen 2014, ISBN 9789036766845
- Bessel van der Kolk, *Traumasporen*, Uitgeverij Mens!, 2016, ISBN 9789463160315  
SOM: [www.specialistenopleidingopmaat.nl](http://www.specialistenopleidingopmaat.nl)
- Remko Kuipers, *Het oerdieet*, Bert Bakker, 2013, 9789035138155
- Anita Moorjani, *Ik moest doodgaan om mijzelf te genezen*, Mana/Wea, 2012, ISBN 9789000314614
- Hanno Pijl, *Diabetes 2? Maak jezelf beter!* Karine Hoenderdos, Fontaine Uitgevers B.V., 2016, ISBN 9789059566651
- David Rakel, *Integrative Medicine*, Elsevier, 2017, ISBN 978-0323358682
- Robert Sapolsky, *Why zebras don't get ulcers*, St Martin's press, 2004, ISBN 9780805073690
- Dean Shrock, *Why love heals*, Dean Shrock, 2009, ISBN 9780981975108
- Trudy Vlot, *Het Gezondheidsfundament*, Sequana, 2016, ISBN 9789082628807,  
<http://hetgezondheidsfundament.nl>
- Maaike de Vries; Tamara de Weijer, *Handboek leefstijlgeneeskunde. De basis voor iedere praktijk*, Bohn Stafleu van Loghum, 2020, ISBN 9789036823234
- Roeland van Wijk, *Light in shaping life*, Meluna, 2014, ISBN 9789081884327

### Aanbevolen literatuur verdiepingsjaar:

- Pierre Capel. *Het emotionele DNA*. K.PI Education, 2018, ISBN 9789090309637
- Deepak Chopra. *Het zelfhelend vermogen*. Kosmos Uitgevers, 2018, ISBN 9789021568546
- Joe Dispenza. *Jij bent de placebo*. Succesboeken.nl, 2017, ISBN 9789492665034
- William Corvriend. *Kankervrij*. Uitgeverij Lucht, 2020, ISBN 9789492798824
- James Gordon. *The Transformation*. Uitgeverij HarperCollins Publishers Inc, 2019, ISBN 9780062870711

- James Gordon. *Manifesto for a new medicine*. Uitgeverij Ingram Publisher Services US, 1997, ISBN 9780201898286
- Judith Kocken. *Je bent je eigen medicijn*. Uitgeverij Hajefa, 2021, ISBN 9789463310307
- Elly Korzelius. *Orthomoleculaire therapie in de praktijk*. Uitgeverij Hollandridderkerk B.V., 2019, ISBN 9789492261373
- Bruce H. Lipton. *De biologie van de overtuiging*. AnkhHermes uitgeverij, 2017, ISBN 9789020213478
- Pim van Lommel. *Eindeloos bewustzijn*. Uitgever ten Have, 2017, ISBN 9789025906177
- Stephen W. Porges. *De polyvagaaltheorie*. Uitgeverij Mens! 2019, ISBN 9789463160407
- Leo Pruijboom. *Word weer mens*. Uitgeverij Plumtree Editorial – Artgerecht GmbH, 2019, ISBN 9789082641530
- Aviva Romm. *Hormone intelligence*. Uitgeverij HarperCollins Publishers Inc, 2021, ISBN 9780062796219
- Alberto Villoldo. *Mind body spirit*. AnkhHermes uitgeverij, 2019, ISBN 9789020216264
- Jurgen Zwaan. *De voedingswijzer*. Uitgeverij Succesboeken.nl, 2017, ISBN 9789492665058
- Jurgen Zwaan. *De supplementenwijzer*. Uitgeverij Succesboeken.nl, 2013, ISBN 9789079872695
- Maurits in 't Veld en Majella van Maaren, *Naar klinische intuïtie*, Bolk's Companions, 2021

## Vrijstelling

In speciale gevallen kan voor onderdelen vrijstelling verleend worden door de examencommissie. Stel hiervoor een brief op met de exacte onderdelen waarvoor u vrijstelling vraagt en stuur eventuele bewijsstukken mee. Aanvragen kunnen worden verstuurd naar [info@aim-edu.nl](mailto:info@aim-edu.nl)

## Uitstel

Indien u uitstel voor de uiterste inleverdatum van de opdracht aanvraagt kan dit voor bepaalde tijd worden verleend. Aanvragen tot uitstel kunnen worden gericht aan de examencommissie via [info@aim-edu.nl](mailto:info@aim-edu.nl)

## Examenreglement

Het vrijdagavond programma, de zaterdagochtend workshop én het geaccrediteerde zaterdagmiddag programma zijn allemaal verplicht. Om aan het examen deel te kunnen nemen hanteren wij een 80% aanwezigheidsplicht. Dit betekent dat bijv. een vrijdagavond en twee zaterdagen gemist zouden kunnen worden om nog binnen de marge te zitten.

## Examen

Er wordt één keer per jaar (meestal eerste zaterdag van juli) voor beide studie jaren een examen Integrative Medicine en Leefstijl geneeskunde georganiseerd.

## Herkansing

Indien u een onvoldoende voor een of meerdere opleidingsopdrachten haalt, zal door de examencommissie nader worden besloten of herkansing realistisch is. Als reeds een voldoende voor de opdracht is behaald, kan deze niet worden herkanst ten behoeve van een hoger cijfer.

De herkansingsdata voor het examen zullen nader worden gecommuniceerd.

## Diploma

Met het afronden van het eerste jaar wordt verkregen, de 'Aantekening Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneskunde'.

Na afronding van het tweede jaar wordt verkregen, de titel: 'Arts voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneskunde'.

## Praktische informatie

### Studiekosten

€ 4.200 per studiejaar inclusief inschrijfgeld, tien lesblokken, mentorgroepen/coaching en het afsluitende examen.

Bij inschrijving vóór 1 juli 2022 bedraagt het inschrijfgeld per studiejaar € 3.950.

Bij het inschrijfgeld zijn het digitale lesmateriaal, ontbijt, koffie/thee/snacks en lunch inbegrepen. Het inschrijfgeld kan ook voldaan worden in vijf termijnen. Elke twee maanden ontvangt u daartoe dan een factuur.

Overnachtingen zijn niet inbegrepen. Echter, dankzij een speciale prijsafspraken krijgt u als deelnemer de mogelijkheid om met korting te overnachten bij de opleidingslocatie.

### Studiefinanciering

Bij problemen met het financieren van de studie kunt u met ons contact opnemen via [info@aim-edu.nl](mailto:info@aim-edu.nl).

### Erkenning

De Academy for Integrative Medicine is CRKBO gecertificeerd. Dit betekent dat de AIM als onderwijsinstelling erkend is en vrijgesteld is van BTW.

## Eindtermen

### Beschouwing

#### Definitie Integrative Medicine

© 2018 Academic Consortium for Integrative Medicine & Health:

*Integrative medicine and health reaffirms the importance of the relationship between practitioner and patient, focuses on the whole person, is informed by evidence, and makes use of all appropriate therapeutic and lifestyle approaches, healthcare professionals and disciplines to achieve optimal health and healing.*

Internetsite Academic Consortium for Integrative Medicine & Health 2018. Beschikbaar via: Academic Consortium for Integrative Medicine & Health.

De AIM vertaalt dit als volgt: *'Integrale geneeskunde (1) stelt de gelijkwaardige relatie tussen patiënt en zorgverlener centraal, (2) kijkt naar de gehele mens, (3) maakt op basis van wetenschappelijk onderzoek gebruik van alle geschikte therapeutische en leefstijlbenaderingen, zorgprofessionals en disciplines, om zo (4) tot optimale gezondheid en optimaal herstel te komen.'*

Geïnspireerd door dr. Rogier Hoenders: Hoenders HJR. *Integrative Psychiatry; Conceptual foundation, implementation and effectiveness.* Proefschrift Rijksuniversiteit Groningen; 2014. p. 212.

Uitwerking naar de Nederlandse situatie:

#### 1. Stelt de therapeutische relatie tussen patiënt en hulpverlener centraal

- De behandelaar als coach
- Gelijkwaardigheid tussen behandelaar en patiënt
- Een sfeer van vertrouwen
- Stimuleren van de autonomie van de patiënt waarbij de regie zoveel mogelijk bij de patiënt ligt

#### 2. Kijkt naar de gehele mens

- De mens als eenheid van lichaam en geest
- Fysiek, emotioneel, mentaal en spiritueel
- Contextgeneeskunde
- Biografie
- Systeemgeneeskunde:
  - De mens als geheel van systemen: mens, organisme, organen, cellen en moleculen
  - De mens als onderdeel van een sociaal/cultureel systeem: gezin, familie, buurt, stad/regio, land etc.

#### 3. Maakt op basis van wetenschappelijk onderzoek gebruik van alle geschikte therapeutische en leefstijlbenaderingen

- Alle behandelmethoden met een wetenschappelijke onderbouwing
- Volgens het 'ethisch raamwerk' (Cohen: effectiviteit en veiligheid)
- De wens van de patiënt en de ervaring van de behandelaar spelen hierbij een rol
- Leefstijlgeneeskunde: beweging, ademhaling, slaap, voeding als preventie en als medicijn, stressreductie, ontspanning, zingeving en spiritualiteit

4. *Om zo tot optimale gezondheid en optimaal herstel te komen*

- Gezondheidsbevordering, onder het motto: 'gezondheid bevorderen zover het mogelijk is, klachten verlichten als het nodig is'
- Placebo in plaats van notebook; het placebo-effect als krachtige ondersteuning voor een optimale behandeling
- Zelfhelend vermogen centraal
- Helende omgeving: huis, buurt, dorp/stad, natuur; praktijkruimte, gezondheidscentrum en ziekenhuis (gezondheidshuis?)
- Muziek, kunst en creativiteit
- Aandacht voor gezin, familie, vrienden en andere sociale factoren

Op basis van deze omschrijving van IM leidt de AIM artsen op om

- integraal te denken en te handelen;
- zich niet alleen als deskundige maar ook als coach naast de patiënt op te leren stellen;
- ten behoeve van de patiënt te leren samenwerken binnen de eigen en met andere beroepsgroepen in de gezondheidszorg en kennis te nemen van aanvullende gezondheidszorgsystemen;
- samen met de patiënt gezondheid en herstel te bevorderen en zo nodig ziekte of klachten te verlichten;
- te komen tot een duurzame vorm van geneeskunde, waar bij alle ziekten oog is voor veilige en effectieve behandelingen en het bevorderen van de kwaliteit van leven.

Om dit mogelijk te maken, is voor de arts een ondersteuning gewenst van de eigen persoonlijke en professionele ontwikkeling in deze richting.

De AIM biedt een tweejarige opleiding aan waarna de arts een diploma kan ontvangen voor 'Arts voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde'. Deze arts heeft zich gespecialiseerd in de integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde en kan daarnaast ook gespecialiseerd zijn in een of meer aanvullende behandelmethoden.

De AIM heeft eindtermen opgesteld voor het verkrijgen van de 'Aantekening' na het eerste studiejaar, en een register van de artsen met deze afgeronde specialistische opleiding bijhouden. Tevens zal de AIM zorgdragen voor na- en bijscholing op het gebied van Integrale Geneeskunde.

Met de erkenning van de AIM als opleidingsinstituut vanuit de beroepsvereniging Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG), vindt voor de betreffende artsen de toegang tot die beroepsvereniging plaats.

De 'Aantekening' die men na afronding van het eerste studiejaar mag hanteren, houdt in dat men binnen de eigen praktijk in staat is adviezen te geven op het gebied van integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde.

Deze 'Aantekening' is één van de voorwaarden om *algemeen lid* te kunnen worden van de AVIG en ingeschreven te worden in het register leefstijlgeneeskunde. Hierbij worden de consulten echter nog niet vergoed en is de arts ook nog niet aangesloten bij geschilleninstantie SGCIg.

*Voorlopig registerleden* worden door de AVIG als lid al wel doorgegeven aan de zorgverzekeraars en zijn aangesloten bij SGCIg.

Om *volledig registerlid* te worden is het de bedoeling om ook het verdiepingsjaar te volgen en daarmee de titel 'Arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde' te behalen. (De Engelse benaming is: Medical Doctor for (of 'specialized in') Integrative Medicine and



Lifestyle Medicine.)

Alle lidmaatschapsvormen van de AVIG staan duidelijk in een kort overzicht op hun website:  
<https://avig.nl/lidmaatschap/>.

## Opleidingsleerdoelen eerste studiejaar, per opleidingsblok

Blok 1	
De deelnemend arts:	
1.	kan de perceptie van ziekte beschrijven vanuit perspectief van overheid, zorgprofessional en zorgvrager
2.	kan de verschillen van pathogenese en salutogenese benoemen
3.	kan een model voor de creatie van gezondheid praktisch toepassen
4.	kan het verschil tussen homeostase en allostase benoemen
5.	kent een aantal verschillen tussen systeem denken en reductionistisch denken
6.	kent het verschil tussen klassieke RCT's en pragmatische studies
7.	kent een aantal voor- en nadelen van praktijkgericht onderzoek
8.	kent de oorzaken van de ziektelast in de huidige maatschappij
9.	begrijpt waarom medicatie alleen de meeste van de chronische niet overdraagbare aandoeningen niet kan genezen
10.	kent de basisvaardigheden die dokter en patiënt van de toekomst nodig hebben om leefstijlgeneeskunde in de praktijk toe te passen
11.	heeft inzicht in de interactiefactoren (extern/intern en fysiek/niet-fysiek) die gezondheid en ziekte beïnvloeden en kan deze toepassen
12.	kent de indeling van gezondheid bevorderende interventies volgens het National Centre for Complementary and Integrative Health
13.	is op de hoogte van de ontwikkelingen op het gebied van Integrative Medicine op nationaal en internationaal gebied
14.	kent de theorie en praktijk van Integrale psychiatrie en de uitkomsten van onderzoek ernaar
15.	neemt kennis van de mogelijkheid van het gebruik van leefstijl en complementaire methodes binnen de integrale psychiatrie

Blok 2	
De deelnemend arts:	
16.	heeft kennis van het basis bioregulatiesysteem (BBRS) als basis voor het Integraal-Geneeskundig-denken
17.	heeft kennis van het BBRS t.o.v. het 'zelfhelend/zelfgenezend vermogen'
18.	heeft kennis van het BBRS of Interstitium als communicatie 'orgaan'
19.	heeft kennis van 'oude' methoden opnieuw inzetten: gebruik je zintuigen
20.	weet: in het kader van 'Integraal Geneeskundig denken' is het geïndiceerd om breder onderzoek in te zetten dan alleen van het orgaan dat de symptomen toont
21.	weet hoe de onderzoeken die hij/zij gebruikelijk doet, zijn in te zetten binnen het Integraal Geneeskundig handelen
22.	heeft kennis over de eenheid van geest en lichaam, o.a. via de HPA-as
23.	weet hoe de artseneed als richtsnoer kan worden gebruikt
24.	neemt kennis van de evolutie van een beroep: van autoriteit tot dienende adviseur
25.	weet wat wordt verstaan onder Evidence Based Medicine
26.	kan een beantwoordbare vraag formuleren volgens het PICO-model
27.	weet welke wetenschappelijke informatiebronnen beschikbaar zijn
28.	kan op systematische wijze een literatuuronderzoek uitvoeren en documenteren
29.	kan artikelen betreffende primair wetenschappelijk onderzoek beoordelen aan de hand van de hiervoor beschikbare checklists

30.	kan een CAT uitvoeren en weet welke stappen nodig zijn voor het uitvoeren van een Systematic Review/Meta-analyse
31.	weet hoe een richtlijn tot stand komt
32.	kan de NGH-standaarden verantwoord aanvullen tot IM-standaarden

### Blok 3

De deelnemend arts:

33.	kent de principes van <i>awareness centered deep listening</i>
34.	weet wat een integrale anamnese is en kan deze ook afnemen.
35.	heeft inzicht in de leefstijlinterventie 'beweging' als therapeutische interventie in de praktijk.
36.	heeft kennis van de mogelijkheden van bewegen in het algemeen en de verschillende vormen van therapeutisch bewegen.
37.	neemt kennis van de wetenschappelijke onderbouwing van beweging.
38.	leert welke methode het meest geschikt is voor welke aandoening bij welke patiënt.
39.	leert de juiste sport voor de betreffende patiënt te vinden.
40.	weet hoe beweging als leefstijlinterventie in de praktijk kan worden toegepast.
41.	heeft inzicht in de leefstijlinterventie 'ademhaling' als therapeutische interventie.
42.	kent de basisprincipes van ademhaling en van verschillende ademhalingstechnieken.
43.	leert de specifieke anamnese die kan wijzen op disfunctioneel ademen en kan na afloop een afwijkend adempatroon herkennen.
44.	heeft inzicht in het belang van slaapeducatie als leefstijlinterventie.
45.	heeft inzicht in de relatie tussen blauw licht en slaapkwaliteit.
46.	heeft inzicht in circadiane lichaamsritmen en mogelijke effecten van tijd gerelateerde interventies.
47.	neemt kennis van de invloed van bewegen op lichaam, hersenen en geest.
48.	neemt kennis van diagnostische processen en grenzen aan mogelijkheden van leefstijlinterventies.
49.	heeft professionele communicatie met collega's die in andere settingen werkzaam zijn.

### Blok 4

De deelnemend arts:

50.	weet hoe het autonome zenuwstelsel werkt en hoe dit behandeld kan worden met de polyvagaal theorie
51.	neemt kennis van de polyvagaal theorie en weet die toe te passen in de praktijk
52.	krijgt een inleiding over kinderyoga en wat de effecten van zijn voor kinderen.
53.	krijgt inzicht in de indicaties waarbij kinderyoga past, met eventuele wetenschappelijke onderbouwing.
54.	heeft inzicht in de culturele en sociale aspecten van voeding.
55.	heeft inzicht in de verschillen tussen verzadigd en onverzadigd vet en de rol die de verhouding tussen omega 3 en omega 6 hierin speelt.
56.	heeft inzicht in de werking van HDL en LDL-cholesterol, de rol die transvetten hierin spelen en de (negatieve) effecten op het fysieke lichaam.
57.	kent het verschil tussen macronutriënten en micronutriënten
58.	heeft inzicht in de rol van eiwitten, koolhydraten en vetten als bestanddeel van onze voeding t.b.v. de generatie van energie en als bouwstenen van ons lichaam

59.	heeft een globaal overzicht over de verschillende micronutriënten, hun functies en hun relaties met onze gezondheid
60.	heeft een holistisch beeld van onze voeding en begrijpt dat de afzonderlijke componenten interactie met elkaar vertonen en dus niet in hun isolement fungeren
61.	ziet voeding als een belangrijk onderdeel van leefstijl; een onderdeel dat echter interactie vertoont met andere leefstijlfactoren en dus niet in zijn isolement opereert
62.	heeft inzicht in de risicofactoren van (niet complexe) koolhydraten, onvoldoende bewegen, luchtvervuiling in relatie tot lage graad ontsteking
63.	kent het begrip glycemische index en kan dit in de praktijk toepassen
64.	heeft inzicht in de mogelijke gevolgen van de afname van de biodiversiteit op onze gezondheid
65.	kent de betekenis van de schijf van vijf en de voedselpiramide en kent de verschillen met onze oervoeding
66.	kent de betekenis van het microbioom en weet de rol van het microbioom bij ziekte en gezondheid
67.	kent de interactie tussen het microbioom en het mucosale afweersysteem van de darm
68.	weet hoe omgevingsfactoren (leefstijl, voeding, probiotica) de samenstelling en functionaliteit van het microbioom kunnen beïnvloeden
69.	kent het onderzoek naar microbioom en de praktische toepassing daarvan in de praktijk
70.	weet wat een probioticum is en hoe je goede producten herkent
71.	weet wanneer probiotica zijn in te zetten en welke resultaten je kan verwachten
72.	neemt kennis van de toekomst van wetenschappelijk onderzoek naar het microbioom

### Blok 5

#### De deelnemend arts:

73.	kan zelfherstellende vermogens bij de patiënt aanspreken en deze helpen motiveren de eigen ontwikkeling ter hand te nemen.
74.	weet van motiverende gespreksvoering en past deze in de praktijk toe (ROEP-model).
75.	met betrekking tot ambivalentie bij de patiënt kent de deelnemer de zes typen verandertaal.
76.	weet gebruik te maken van een actieve opstelling van de patiënt ten aanzien van diens ziekteproces.
77.	kan de behandelmogelijkheden naar de specifieke situatie en motivatie van de patiënt 'vertalen'.
78.	leert zien welke factoren belangrijk zijn om een behandelteam te helpen ondersteunen en enthousiasmeren.
79.	krijgt een inleiding over transformational breathing en wat de effecten van transformational breathing zijn.
80.	weet welke verschillende soorten ademhalingsoefeningen er zijn
81.	weet wat de verbinding is tussen ademhaling en kou
82.	weet hoe ademhalingsoefeningen toegepast kunnen worden in de leefstijlpraktijk
83.	weet wat de rol van voeding is bij het ontstaan van diabetes type 2
84.	weet welke voedingsadviezen en andere leefstijlinterventies er kunnen worden gegeven bij het herstel van diabetes type 2

85.	weet welke plaats medicamenteuze therapie heeft in de behandeling van diabetes type 2
86.	weet wat de rol van voeding is bij het ontstaan van reumatoïde artritis
87.	weet welke voedingsadviezen en andere leefstijlinterventies er kunnen worden gegeven bij het herstel van reumatoïde artritis
88.	weet welke chronische ziekten zijn geassocieerd met reumatoïde artritis
89.	weet wat de rol is van voedingssupplementen bij de behandeling van reumatoïde artritis
90.	weet wat de rol van voeding is bij het ontstaan van hart- en vaatandoeningen
91.	weet welke voedingsadviezen en andere leefstijlinterventies kunnen worden gegeven bij het herstel van hart- en vaatandoeningen
92.	heeft inzicht in de rol van voeding bij het ontstaan van kanker
93.	kan leefstijlfactoren benoemen die een risico vormen voor het ontstaan van kanker
94.	kan additionele mogelijkheden benoemen ter ondersteuning van de conventionele behandeling van kanker

### Blok 6

#### De deelnemend arts:

95.	kent de basisprincipes van de natuurgeneeskunde
96.	weet hoe natuurgeneeskunde toegepast kan worden in de praktijk
97.	krijgt een inleiding over stiltewandelingen en wat de effecten van stiltewandelingen zijn.
98.	heeft inzicht in het verband tussen leefstijlinterventie en stressmanagement.
99.	weet wat mindfulness is, kent de empirische onderbouwing ervan en is zich bewust van de beperkingen van de body of evidence voor mindfulness.
100.	kent een aantal mindfulness-vaardigheden en de praktische toepassing ervan in de praktijk van de (huis)arts.
101.	kent de verschillen en overeenkomsten tussen spiritualiteit en religie en de belangrijkste kernwaarden van religie.
102.	neemt kennis van de rol van zingeving en spiritualiteit in palliatieve zorg.
103.	weet hoe je eigen ruimte creëert.
104.	neemt kennis van de invloed van leefstijl bij psychische aandoeningen.
105.	neemt kennis van de invloed van leefstijl bij het herstel van psychische aandoeningen.
106.	kent de mogelijkheden voor het bevorderen van geestelijke gezondheid en herstel.
107.	leert hoe je een collaboratieve hulpverlening faciliteert.
108.	heeft kennis van de effecten van een compassievolle zorg zowel voor de patiënt als voor zichzelf.
109.	heeft kennis van het verschil in gedrag tussen empathie en compassie.
110.	heeft kennis van het neurofysiologisch verschil in empathie en compassie.
111.	heeft kennis van hoe op de werkvloer compassie uit te dragen/in te vullen.
112.	heeft kennis van een aantal methodes om een meer compassievolle attitude te ontwikkelen.

### Blok 7

#### De deelnemend arts:

113.	ervaart zelf enkele mind-body technieken.
114.	neemt kennis van de belangrijkste Mind-Body methoden, hun toepassing en leert hierin te adviseren.

115.	kent de werkingsmechanismen en wetenschappelijke onderbouwing van de Mind-Body Medicine.
116.	weet wat de basisprincipes van systeemdenken zijn.
117.	kent minimaal één basis analysetechniek vanuit de systeembioïogie.
118.	kan de systeem biologische kenmerken van de TCM herkennen.
119.	heeft inzicht in andere gezondheidssystemen.
120.	heeft inzicht in het wetenschappelijk onderzoek en de onderbouwing van dit gezondheidssysteem.
121.	kent de theorie, onderzoek en praktijk (indicaties) van de methode op basis van wetenschappelijk onderzoek.
122.	leert hoe deze methode binnen de reguliere gezondheidszorg kan worden geïntegreerd.
123.	krijgt inzicht hoe acupunctuur het orthosympatische zenuwstelsel kan kalmeren.
124.	neemt kennis van het Yin Yang principe
125.	heeft een basaal inzicht in het Chinese orgaansysteem
126.	neemt kennis van het begrip Qi
127.	neemt kennis van de traditionele Chinese wijze van diagnostiek
128.	neemt kennis van de integratie van Chinese behandelmethoden binnen de reguliere gezondheidszorg

#### Blok 8

##### De deelnemend arts:

129.	weet wat een intervisie is en hoe dit toegepast kan worden in de praktijk
130.	krijgt een inleiding over Yin yoga en wat de effecten van Yin yoga zijn.
131.	is bekend met de controverses in de maatschappelijke discussie ten aanzien van homeopathie.
132.	is bekend met de plaats van homeopathische geneeskunde in het veld.
133.	is bekend met de belangrijkste kenmerken van de homeopathische geneeskunde, het similia-principe en het potentiëren.
134.	raakt bekend met de integrale visie op ziekte en gezondheid.
135.	raakt bekend met behandelmethoden met homeopathie bij luchtweginfecties om gericht te kunnen verwijzen. De arts raakt bekend met wetenschappelijk onderzoek over homeopathie bij luchtweginfectie.
136.	raakt bekend met behandelmogelijkheden met homeopathie bij mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis.
137.	krijgt inzicht hoe in een huisartspraktijk aanvullende geneeskunde geïntegreerd kan worden.
138.	kan beschrijven wat hormesis is en wat onder pre- en post-conditioning hormesis wordt verstaan.
139.	kan uitleggen wat zelfherstel inhoudt op cellulair en organismaal niveau en op welke manier dit kan worden geëvalueerd.
140.	kan beschrijven hoe het begrip hormesis zich verhoudt tot de similia-regel.
141.	kan enkele klinische voorbeelden beschrijven waarbij hormesis een gunstig effect heeft, en daarbij ook kanttekeningen plaatsen.
142.	verwerft inzicht in Evidence Based Medicine (EBM) en de hiërarchie in bewijsvoering.
143.	verwerft zich argumenten om een oordeel te vormen over de stand van het klinisch onderzoek voor homeopathie.

144.	verwerft inzicht in de verschillende methodieken voor klinisch onderzoek, afhankelijk van de onderzoeksvraag.
145.	verwerft handvaten om zelf een bijdrage te leveren aan onderzoek in de dagelijkse praktijk.
146.	raakt bekend met integrale visie op ziekte/gezondheid.
147.	verwerft inzicht in anamnese en onderzoek bij bovenste luchtweginfecties, uitgaande van de NHG-standaard bovenste luchtweginfecties vanuit de integrale visie.
148.	vergaart kennis van mogelijke aanvullende therapie bij bovenste luchtweginfecties in de huisartsenpraktijk.
149.	kan informatie verschaffen aan patiënten over evidence van homeopathie, aangetoond met een of twee RCT's bij recidiverende luchtweginfecties bij kinderen.

### Blok 9

#### De deelnemend arts:

150.	leert hoe transformatief coachen werkt en hoe het toegepast kan worden in de praktijk
151.	kan zich inleven in de persoonlijke behoeften en mogelijkheden van de patiënt om zodoende een proces te kunnen inspireren en begeleide van overleven naar leven.
152.	begrijpt dat ziekte en symptomen signalen zijn uit een systeem dat aan verandering (ontwikkeling) toe is.
153.	krijgt een inleiding over kunstzinnige therapie en wat de effecten van kunstzinnige therapie zijn.
154.	maakt kennis met de mensvisie, plaatsbepaling en maatschappelijke relevantie van de antroposofische geneeskunde.
155.	maakt kennis met enige wetenschappelijke onderbouwing van antroposofische geneeskunde (AG).
156.	maakt kennis met de praktische toepasbaarheid van antroposofische geneeskunde.
157.	is in staat verder te onderzoeken wat hem/haar wel of niet aanspreekt binnen de AG.
158.	verkrijgt inzicht in de overall bijdrage van de antroposofische geneeskunde aan de vier pijlers van IM.
159.	heeft inzicht in het antroposofische concept van heel de mens en hoe dit consequenties heeft voor diagnostiek en behandeling van de zorgpraktijk.
160.	heeft inzicht in de antroposofische therapieën en hun rationale m.b.t. het bevorderen van vitaliteit en gezondheid van patiënten.
161.	heeft een overzicht van de werkvelden van de antroposofie en de antroposofische geneeskunde
162.	heeft een beeld van de denkwijze waarmee gewerkt wordt binnen de antroposofische wetenschap

### Blok 10

#### De deelnemend arts:

163.	kan de helende kracht en bevrijdende werking van de stem zelf ontdekken.
164.	heeft kennis van de manier waarop vigerende standaarden op verantwoorde wijze kunnen worden uitgebreid met integrale inzichten.
165.	neemt kennis van de leerdoelen van de verschillende presentaties

## Opleidingsleerdoelen tweede studiejaar, per opleidingsblok

Blok 1
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• gebruikt een systeem voor diagnostiek van de verschillende lagen op fysiek, emotioneel, mentaal en spiritueel niveau. (FEMSO)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kent de verschillen tussen systeemdenken, salutogenese en reductionistisch denken. En kan hiernaar handelen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen. Dit o.a. volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports. Gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis van basisuitgangspunten en effecten van Mind-body Medicine. O.a. teken-technieken</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• draagt IM uit door middel van een preventieve en gezondheids-bevorderende leefstijl op persoonlijk vlak.</li> </ul>

Blok 2
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis en begrip van het microbiom, probiotica en prebiotica.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis en begrip van de ondersteuning van het microbiom, supplementen en kruiden. En weet deze toe te passen op o.a. MDL klachten (gehele lichaam?)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan kennis over het microbiom, (immuunziekten en allergieën) toepassen in de praktijk</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen. Dit o.a. volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports. Gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• neemt kosteneffectiviteit mee in de behandeling van het microbiom o.a. bij het aanvragen van het microbiom.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• leefstijl en microbiom: wanneer is microbiom aanvragen wel en niet nodig?</li> </ul>

Blok 3
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• past de kennis over voeding gericht toe bij verschillende chronische ziekten.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan de emotionele betekenis van voeding bespreekbaar maken in 1-op-1 begeleiding. En leert omgaan met weerstand van de patiënt en van zichzelf.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft inzicht in de leefstijlinterventie 'voeding' en de verschillende vormen van voeding als medicijn. Onder andere door middel van orthomoleculaire behandeling en oervoeding en <i>intermitted fasting</i>.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis en begrip over voeding en supplementen als medicijn bij het ontstaan en behandeling van DM2, RA, HVZ, oncologie. En metabool syndroom (jaar 2)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• neemt een coachende rol aan bij het begeleiden van patiënten.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• is zich bewust van hoe eigen voedingsvoorkeuren het voedingsvoorschrift kan beïnvloeden.</li> </ul>



Blok 4
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan het werkingsmechanisme op fysiek niveau als oorzaak van diverse lichamelijke klachten (o.a. de HPG, HPT, HPA as en low grade inflammatie, oxidatieve stress, mitochondriale pathologie en neurotransmittersystemen) toepassen in de praktijk.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kent werkingsmechanisme op fysiek niveau als oorzaak van diverse lichamelijke klachten, onder andere de HPG-, HPT- en HPA-as, en <i>low grade inflammation</i>, oxidatieve stress, mitochondriale pathologie en neurotransmittersystemen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• neemt een coachende rol aan bij het begeleiden van patiënten</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ontwikkelt methodes en een netwerk voor een goede zelfzorg, waaronder mind-body technieken en stilte wandelingen.</li> </ul>

Blok 5
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan kennis over koude training toepassen in de praktijk.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis van immunologie, auto-immuunziekten en allergieën.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO-model, EBM en CARE-checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• neemt een coachende rol aan bij het begeleiden van patiënten.</li> </ul>

Blok 7
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan kennis over het microbioom, immuunziekten en allergieën, en oncologie toepassen in de praktijk</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan het werkingsmechanisme op fysiek niveau als oorzaak van diverse lichamelijke klachten toepassen in de praktijk, onder andere de HPG-, HPT- en HPA-as, low grade inflammation, oxidatieve stress, mitochondriale pathologie en neurotransmittersystemen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis en begrip over voeding en supplementen als medicijn bij het ontstaan en behandeling van DM2, RA, HVZ, oncologie en het metabool syndroom (jaar 2)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis van de rol van epigenetica en de werking van emoties hierop.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan zorgdragen voor eigen negatieve emoties.</li> </ul>

Blok 8
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan het werkingsmechanisme op fysiek niveau als oorzaak van diverse lichamelijke klachten toepassen in de praktijk, onder andere de HPG-, HPT- en HPA-as, <i>low grade inflammation</i>, oxidatieve stress, mitochondriale pathologie en neurotransmittersystemen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan het inzicht van leefstijlinterventies bij psychische aandoeningen praktisch toepassen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis van basisuitgangspunten en effecten van Mind-body Medicine, onder andere mindfulness, geleide meditatie, yoga, kunstzinnige therapie.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft inzicht in de leefstijlinterventie 'stressmanagement' en de verschillende manieren van stressreductie.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft inzicht in leefstijlinterventies bij psychische aandoeningen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>

Blok 9
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis en inzicht in de rol van zingeving en spiritualiteit, in eigen leven en van de patiënt.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• neemt kennis van palliatieve zorg middels een IM-visie.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ontwikkelt een eigen en integrale visie over de dood en (persoonlijke) existentiële crisis.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>

Blok 10
De deelnemend arts:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan een werkzaam verwijsnetwerk samenstellen volgens de integrale principes.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan samenwerken met diverse collega's.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan naar eigen inzicht het best verkregen wetenschappelijk bewijs vinden, selecteren, beoordelen en toepassen, onder andere volgens PICO model, EBM en CARE checklist voor case reports, gericht op de integrale geneeskunde.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft kennis van basisuitgangspunten en effecten van Mind-body Medicine, onder andere massage- en tekentechnieken</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kan richting geven aan eigen loopbaan en heeft daarvoor een toekomstvisie.</li> </ul>

## Organisatie

De AIM heeft een bestuur, een onderwijscommissie en een Raad van Advies. De personen die zich inhoudelijk inzetten voor het onderwijsprogramma zijn de onderwijscoördinatoren, de office managers, de leden van de onderwijscommissie, de dagvoorzitters en de docenten.

### Bestuur

In het bestuur hebben de volgende personen zitting:

- Voorzitter: **Jan Huisman**, organisatieadviseur en lid van het bestuur van de Iona Stichting, een internationale stichting voor cultuurvernieuwend initiatieven en ontwikkelingen.
- Secretaris: **Joost van Katwijk**, bedrijfskundige en consultant in het publieke domein en de gezondheidszorg.
- Penningmeester: **Manfred Markhorst**, econoom met ervaringen in de ICT, o.a. bij Digital Equipment Corporation en KPN. Momenteel werkzaam als bestuurder in een tal van stichtingen en verenigingen.
- Coördinerend bestuurslid: **Frans Kusse**, arts voor integrale geneeskunde, voorzitter van de Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG), redactiecoördinator van het Tijdschrift voor Integrale Geneeskunde (TIG) en coördinerend bestuurslid van de Homeopathie Stichting (HS).
- Bestuurslid: **Dr. Hans Kerckamp**, anesthesioloog-intensivist n.p. en consultant. Voorheen o.a. hoogleraar anesthesiologie, bestuurder van het Atrium Medisch Centrum te Heerlen en Deputy Chief at Hamad Medical Corporation, Doha Qatar.
- Bestuurslid: **Wico Mulder**, arts M&G - Netwerk Adviseur (Mentale) Gezondheid bij Alles is Gezondheid (AiG) / iPH.
- Bestuurslid: **Annemieke van Oostveen**, specialist ouderengeneeskunde, geschoold als antroposofisch én homeopathisch arts, tevens bestuurslid van de antroposofische artsenvereniging en samen met het Louis Bolk Instituut (Herman van Wietmarschen) onderzoeker van IM binnen haar verpleeghuis in Gorinchem.
- Bestuurslid: **Dr. Bram Tjaden**, huisarts, arts-opleider en mindfulnesstrainer.
- Bestuurslid: **Dr. Herman van Wietmarschen**, researcher Integrative Health bij het Louis Bolk Institute. Gepromoveerd op Chinese Medicine bij reumatoïde artritis.

### Raad van Advies

De AIM kent een Raad van Advies waarin de volgende personen zitting hebben:

- **Dr. Erik Baars**, arts(n.p.)-epidemioloog. Lector Antroposofische Gezondheidszorg, Hogeschool Leiden. Senior-onderzoeker Gezondheidszorg, Louis Bolk Instituut.
- **Drs. Martine Busch**, directeur van het Van Praag Instituut.
- **Prof. dr. Jan van der Greef**, hoogleraar analytische biowetenschap, hoofdwetenschapper TNO (gepensioneerd) en directeur Sino-Dutch centre for preventive and personalized medicine.
- **Dr. Marianne van der Heijden**, onderzoeker bij de afdelingen Inwendige Geneeskunde en Kinderchirurgie van het Erasmus MC-Sophia Kinderziekenhuis. Medisch antropoloog en gepromoveerd op de effectiviteit van muziek interventies bij pijn en angst.
- **Dr. Rogier Hoenders**, psychiater, senior onderzoeker en deelopleider volwassenenpsychiatrie van Lentis. Tevens is hij oprichter en manager behandelzaken van het Centrum Integrale Psychiatrie van Lentis.
- **Prof. dr. Leonard Hofstra**, hoogleraar Cardiologie aan VU University Medical Centre Amsterdam.

- **Drs. Philip J. Idenburg** MBA, Managing Partner BeBright & Initiator Diagnose healthcare transformation program en auteur van o.a. Diagnose 2025.
- **Prof. Connie Jimenez**, hoogleraar Medische Oncologie, Amsterdam UMC. Hoofd translationeel onderzoekslaboratorium dat met innovatieve massaspectrometrie systeembioologische inzichten genereert in kanker, dementie en cardiovasculaire ziekten.
- **Prof. dr. Carlo Leget**, hoogleraar Zorgethiek en bijzonder hoogleraar Zingeving en Ethiek in de palliatieve zorg.
- **Dr. Eva Noorda**, oncologisch chirurg in Isala Zwolle. Naast de borstkankerzorg, zet zij zich in voor integratieve zorg in het ziekenhuis en het landelijk opleiden en informeren van zorgprofessionals op het gebied van leefstijl en evidence based complementaire zorg. Zij denkt graag mee over de zorg van de toekomst en de rol van de AIM hierin.
- **Prof. dr. Jim van Os**, hoogleraar Psychiatrie en voorzitter van de Divisie Hersenen UMC Utrecht.
- **Prof. dr. Hanno Pijl**, internist-endocrinoloog op de Afdeling Interne Geneeskunde en hoogleraar diabetologie (LUMC).
- **Prof. dr. Dirkjan van Schaardenburg**, hoogleraar Reumatologie, in het bijzonder vroege diagnostiek en behandeling van reumatische ziekten, aan de Faculteit der Geneeskunde van de Universiteit van Amsterdam (AMC-UvA).
- **Dr. Esther van de Wall**, psychiater met specialisatie in de kinder- en jeugdpsychiatrie.

### Opleidingscoördinatoren en office managers

- Opleidingscoördinatoren basisjaar: Monique Tjon-A-Tsien en Rianne Toenhake
- Opleidingscoördinator verdiepingsjaar: Astrid Vester
- Algemeen opleidingscoördinator: Frans Kusse
- Officemanagers: Elisa Cruys, Laura Fleur, Odilia van der Kleij, Corine Teeuwen

### Commissies

De Academy for Integrative Medicine kent de volgende commissies:

- Examencommissie
- Klachtencommissie
- Wetenschapscommissie
- Onderwijscommissie

### Onderwijscommissieleden

- Willemijn Guldenaar, arts voor integrale geneeskunde en onderwijsdeskundige
- Frans Kusse, arts voor integrale geneeskunde en voorzitter onderwijscommissie
- Marjan Meddens, huisarts integrale geneeskunde, huisarts-opleider en arts voor antroposofische geneeskunde
- Gio Meijer, arts voor integrale geneeskunde, gespecialiseerd in homeopathische geneeskunde
- Drs. Ines von Rosenstiel, kinderarts, arts Integrative Medicine
- Annemarie Semeijn, integratief arts & coach-counselor
- Charlotte Simons, arts voor integrale geneeskunde, acupunctuur en yogadocente
- Dr. Bram Tjaden, huisarts, arts-opleider, mindfulness en ACT-trainer en ervaren intervisieleider
- Drs. Monique Tjon-A-Tsien, huisarts integrale geneeskunde, kaderarts hart- en vaatziekten en koudetrainer
- Rianne Toenhake, arts IM
- Astrid Vester, arts voor integrale geneeskunde, gespecialiseerd in leefstijlgeneeskunde

## Algemene voorwaarden

### 1. Doelgroep en aanvangsniveau

De opleidingen en nascholingen van de Academy for Integrative Medicine (AIM) zijn bestemd voor artsen. Minimaal wordt vereist dat de deelnemer basisarts is, of daarvoor afstudeert.

Voertaal van de opleidingen is Nederlands. Dit tenzij in de opleidingsomschrijving op de website anders wordt aangegeven.

### 2. Aanmelding

Aanmelding vindt plaats via de website van de AIM ([www.aim-edu.nl](http://www.aim-edu.nl)) door het invullen van het inschrijfformulier en is definitief na ontvangst van de betaling van het inschrijfgeld. De inschrijving vindt plaats in volgorde van ontvangst van de betaling. Zodra de betaling is binnengekomen, ontvangt u een factuur waarop vermeld staat: Uw betaling is in goede orde ontvangen. Deze factuur is tevens uw bewijs van inschrijving.

Indien u zich vlak voor aanvang van een nascholingsdag meldt aan de zaal, wordt het inschrijfgeld verhoogd met een 'toeslag aan de deur' van € 25,-.

### 3. Herroeping/bedenktijd

U heeft het recht om uw inschrijving tot 14 dagen na datum van inschrijving zonder opgave van reden te annuleren. U krijgt dan uw volledige inschrijfgeld binnen 14 dagen na annulering teruggestort. Om gebruik te maken van dit recht kunt u contact opnemen met [info@aim-edu.nl](mailto:info@aim-edu.nl). De bedenktijd geldt tot aanvang van de nascholing. Deze bedenktijd geldt ook indien de deelnemer de cursus boekt en het bedrijf of werkgever deze betaalt. Indien het bedrijf het contract sluit geldt geen bedenktijd.

### 4. E-mail en website

E-mail is een efficiënte vorm van communicatie tussen het secretariaat van de AIM en de deelnemers aan een opleiding. Het bewijs van deelname ontvangt u per e-mail. Daarom verzoeken wij u om uw e-mailadres in te vullen op het inschrijfformulier. Raadpleeg ook regelmatig de website van de AIM voor actuele informatie.

### 5. Vragen en beschikbaarheid secretariaat

Vragen van administratieve aard of met betrekking tot het onderwijs kunnen per e-mail gesteld worden aan [info@aim-edu.nl](mailto:info@aim-edu.nl). U ontvangt zo spoedig mogelijk, doch uiterlijk binnen twee weken bericht.

### 6. Facturering

De prijs voor de opleidingen is inclusief digitaal lesmateriaal, ontbijt, koffie, thee en lunch. Tussentijdse prijswijzigingen zijn voorbehouden en de prijzen worden jaarlijks geïndexeerd. Het inschrijfgeld dient voor aanvang van de opleiding/nascholing te zijn voldaan. Bij niet vooraf betalen kan de AIM de toegang tot de opleiding weigeren. Alle kosten ontstaan door wanbetaling, zijn voor rekening van de deelnemer.

### 7. Conditie waaronder een opleiding niet door kan gaan

De AIM behoudt zich het recht voor om bij 45 of minder inschrijvingen voor de basisopleiding en 40 deelnemers of minder voor de verdiepingsopleiding de start uit te stellen en de inschrijvingstermijn te verlengen. U wordt hiervan 1 week van tevoren per e-mail op de hoogte gebracht. De volgende startdatum is dan de eerstvolgende datum in de originele planning van de opleiding.

#### 8. Conditie waaronder een nascholing niet door kan gaan

De AIM behoudt zich het recht voor om bij 30 of minder inschrijvingen voor een nascholing op locatie deze niet door te laten gaan. U wordt hiervan 1 week van tevoren per e-mail op de hoogte gebracht. Het inschrijfgeld wordt 100% gerestitueerd.

Indien een nascholing onverwachts geen doorgang kan vinden in verband met verhindering van de docent, zal een nieuwe datum worden voorgesteld. Indien de nieuwe datum niet schikt, wordt het inschrijfgeld 100% gerestitueerd.

#### 9. Annuleringen

Voor annulering na het verstrijken van de bedenktijd gelden de volgende regels:

- Tot uiterlijk drie weken voor aanvang van de opleiding wordt € 10,- administratiekosten in rekening gebracht.
- Bij annulering in de periode tussen drie weken en één week voor aanvang van de opleiding wordt vijftig procent van de studiekosten in rekening gebracht.
- Bij annulering binnen een week voor aanvang van de opleiding wordt het gehele bedrag van de studiekosten in rekening gebracht.
- De AIM biedt in dat geval de mogelijkheid om volgend studiejaar opnieuw in te schrijven tegen een gereduceerd tarief van vijftig procent.
- Bij niet verschijnen van de deelnemer is het gehele bedrag van de studiekosten verschuldigd.
- Het annuleren van de opleiding dient schriftelijk plaats te vinden.

#### 10. Intellectueel eigendom

De Academy for Integrative Medicine investeert veel in goed studiemateriaal en behoudt zich alle rechten voor met betrekking tot het studiemateriaal.

De opdrachtgever/deelnemer is niet gerechtigd materiaal waarop auteursrechten of andere rechten berusten op enigerlei wijze aan derden af te staan of in gebruik te geven.

Het copyright berust bij de AIM.

#### 11. Acties

Voor speciale acties kunnen afwijkende of aanvullende voorwaarden gelden. Deze staan dan vermeld op de website en het inschrijfformulier dat bij de speciale actie hoort.

#### 12. Geheimhouding

De AIM gaat vertrouwelijk om met uw persoonsgegevens. Zie ook onze privacyverklaring.

#### 13. Acceptatie

Door inschrijving geeft de opdrachtgever/deelnemer te kennen deze voorwaarden te accepteren.