



2025-2027

Studiegids

Tweejarige opleiding Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde

Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
Stand van zaken.....	3
Herkomst integrale geneeskunde.....	3
Over de Academy for Integrative Medicine.....	3
Het aanbod	4
De tweejarige opleiding.....	6
Onderwijsvorm.....	6
Eerste jaar.....	6
Tweede jaar.....	7
Opdrachten.....	7
Online leeromgeving.....	8
Lesmateriaal.....	8
Toelatingseisen.....	10
Vrijstelling.....	10
Uitstel.....	10
Aanwezigheidsplicht.....	10
Examenreglement.....	10
Certificaat.....	11
Diploma.....	11
Opleidingsdata 2025-2026.....	12
Locatie.....	13
Studiebelasting.....	13
Lestijden.....	13
Studiekosten.....	13
Studiefinanciering.....	13
Registratie.....	13
Accreditaties.....	13
Eindtermen	15
Beschouwing.....	15
Opleidingsleerdoelen eerste studiejaar, per opleidingsblok.....	17
Opleidingsleerdoelen tweede studiejaar, per opleidingsblok.....	17
Algemene voorwaarden.....	20

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 400 artsen, waaronder huisartsen en medisch specialisten, de opleiding met goed gevolg afgerond.
- ☐ Sinds 2020 is er een tweede studiejaar bij gekomen en 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 Harvard, Yale en Stanford.

Het Amerikaanse *Academic Consortium for Integrative Medicine and Health*¹ (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 het toonaangevende opleidingsinstituut in Nederland op het gebied van Integrative Medicine.

¹ Internetsite Academic Consortium for Integrative Medicine & Health 2018. Beschikbaar via: [Academic Consortium for Integrative Medicine & Health](#).

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:

- Het aanbieden van onderwijs, op basis van wetenschappelijke inzichten, gericht op:
 - visie, kennis en vaardigheden ten behoeve van de toepassingen 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, voor:
 - het ontwikkelen en onderhouden van netwerken rond integrale zorg en gezondheid;
 - het actief bijdragen aan kennisdisseminatie;
 - het agenderen van kennisbehoeften en het bijeenbrengen van kennis.

De AIM is nauw verbonden met het *Consortium voor Integrale Zorg en Gezondheid (CIZG)*. Dit Consortium is een Nederlands samenwerkingsverband van (academische) ziekenhuizen, GGZ organisaties en kennisinstellingen. Het CIZG streeft een integraal gezondheidszorgsysteem na met wetenschappelijk onderbouwde, veilige en effectieve behandelingen.

Het aanbod

De AIM verzorgt, in nauwe samenwerking met hoogleraren, experts en vooraanstaande onderzoekers, kort- en langlopende opleidingsprogramma's van hoge 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 waaronder ook tandartsen en apothekers vallen. Voor de toelating aan de tweejarige opleiding wordt vereist dat de deelnemer basisarts is of student geneeskunde in de masterfase. Er wordt een aparte opleiding Integrative Nursing aangeboden voor verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten.

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 de integrale geneeskunde 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 leggen 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. Na het behalen van het diploma kan de deelnemend arts zich 'Arts voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde' noemen.

Studiegids AIM Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde
2025-2026

Na deze tweejarige opleiding zijn er diverse verdiepingsmogelijkheden in de belangrijkste aanvullende behandelmethoden.

De tweejarige opleiding

In dit hoofdstuk wordt de tweejarige opleiding kort beschreven. Voor de uitgebreide beschrijvingen verwijzen wij graag naar de leerdoelen per studieblok en de eindtermen.

Onderwijsvorm

De onderwerpen die binnen de lessen van de Academy for Integrative Medicine behandeld worden, zijn gebaseerd op duidelijke theorie, wetenschappelijk onderzoek en praktische ervaring. Met behulp van deze onderwijslijn raakt de deelnemer bekend met de theoretische en wetenschappelijke achtergrond van integrale geneeskunde 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. De opleiding duurt twee jaar en is opgedeeld in 10 maandelijkse blokken per leerjaar op een vrijdagavond (19:30 – 21:30) en zaterdag (8:00 – 16:30).

De vrijdagavond programma's en de opstart op zaterdag worden als volgt onderverdeeld:

- ☐ Teach the coach: het vrijdagavond programma van 19:30-21:30 uur bestaat uit praktijkgericht onderwijs waarbij de coachende rol van de arts centraal staat. Dit wordt door middel van begripsverheldering, kennisoverdracht en interactieve oefeningen opgebouwd met als doel uiteindelijk zelfstandig te kunnen functioneren in de coachende rol als arts.
- ☐ Heal the healer: het zaterdagochtend programma van 08:00-09:00 uur bestaat uit ervaringsgerichte workshops voor de persoonlijke en professionele ontwikkeling van de deelnemer, met oefeningen en theorie waarbij steeds een ander aspect van de integrale geneeskunde 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.
- ☐ Peergroup: aan het begin van het eerste jaar worden er regionale 'peergroups' gevormd van circa tien studenten die worden begeleid door een vaste facilitator. Deze groep komt in het eerste jaar drie keer bijeen en in het tweede jaar vier keer, en kan na de opleiding ook zelfstandig blijven functioneren als sociale kaart voor het integratieve netwerk dat de deelnemer opbouwt. In deze veilige omgeving kan gedeeld, geïnspireerd en geoefend worden, waarbij het eigen leerproces centraal staat vanuit de pijler 'arts als coach'.

Eerste jaar

Tijdens het eerste jaar zal een groot deel van de lessen op zaterdag (10:00-16:30 uur) worden gegeven in de vorm van interactieve colleges. Het eerste jaar richt zich op de kennismaking met integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde. Daarnaast wordt een introductie gegeven in de vakgebieden natuurgeneeskunde, traditionele Chinese geneeskunde, homeopathie en antroposofie om gericht door te kunnen verwijzen. De docenten zijn hoogleraren vanuit verschillende specialismen en ervaren artsen vanuit diverse vakrichtingen.

In het eerste jaar staan de zaterdagen (m.u.v. blok 10) open als nascholingsdag.

Tweede jaar

De nadruk van het onderwijs in het tweede jaar zal liggen op de onderliggende mechanismen waardoor ziekten ontstaan en op de praktische toepassing van Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde

Waar in het eerste jaar een introductie wordt gegeven, gaat het tweede jaar dieper in op onderliggende fysiologische processen en de toepassing in de praktijk.

Op de vrijdagavond wordt een inleiding gegeven op een specifieke indicatie of staat een toepassing centraal. Tijdens deze 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 (10:00-12:30 uur) geeft theoretische verdieping over het onderwerp, waarna er in de middag (14:00-16:30 uur) tijdens een workshop wordt toegewerkt naar praktische toepassing van het geleerde.

Ook bij het tweede jaar staan de zaterdagen (m.u.v. blok 10) open als nascholingsdag.

Opdrachten

Naast theoretische verdieping en kennismaking met verschillende toepassingen ontvangen studenten ook opdrachten en sluiten beide jaren af met respectievelijk een toets en examen.

Eerste jaar:

- ☐ **Integrale Casus:** De deelnemer neemt zelfstandig een integrale anamnese af bij een patiënt en maakt hiervan een helder verslag met diagnoses en een integraal behandelplan.
- ☐ **Posteropdracht:** De deelnemers leren gezondheid en ziekte te benaderen vanuit een integraal perspectief en maken met deze opdracht de vertaalslag van wetenschap naar praktijk. Met de CAT-methode schrijven zij in groepsverband een wetenschappelijke onderbouwing voor een integrale behandelmethode naar keuze. Dit wordt verwerkt in een poster, die zij tijdens de 'postermarkt' in het laatste lesblok presenteren.
- ☐ **Toets:** Dit is een "open boek" toets op locatie op basis van alle lesmateriaal van zowel de vrijdagavond als de zaterdag. Bij minimaal een voldoende ontvangt de student een certificaat en kan dan doorstromen naar het tweede lesjaar.

Gedurende de tweejarige opleiding:

- ☐ **Stage:** De deelnemer loopt tijdens de tweejarige opleiding twee dagen stage bij twee verschillende ervaren IM-artsen/specialisten. Hiervan wordt een kort verslag gemaakt aan de hand van gestructureerde vragen en opdrachten.
- ☐ **Tweede jaar:**
 - **Examen.** Bij minimaal een voldoende ontvangt de student een diploma.

Online leeromgeving

De online leeromgeving waarmee wordt gewerkt heet het Leerplein. Hier kunnen studenten de volgende informatie vinden:

- ☐ Mededelingen
- ☐ Algemene informatie opleiding
 - ☐ Opleidingsdata en lestijden
 - ☐ Accreditatie
 - ☐ Coördinatoren
- ☐ Opleidingsweekenden
 - ☐ Programma
 - ☐ Docenten
 - ☐ Voorbereidende literatuur
 - ☐ Leerdoelen
 - ☐ Hand-outs
 - ☐ Opnames lezingen
 - ☐ Aanwezigheidsregistratie
 - ☐ Evaluatie
- ☐ Opdrachten
 - ☐ Integrale casus
 - ☐ Posteropdracht
 - ☐ Stage
 - ☐ Toets (eerste jaar) en examen (tweede jaar)
- ☐ Peergroup traject

Lesmateriaal

Al het studiemateriaal dat nodig is voor de opleiding wordt verstrekt via het Leerplein, er hoeft dus geen materiaal aangeschaft te worden. Bij interesse verwijzen we de deelnemer graag naar onderstaande literatuurlijst.

Aanbevolen literatuur eerste jaar:

- ☐ 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
- ☐ Remko Kuipers, Het oerdieet. Bert Bakker, 2013, ISBN 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 9780323358682
- ☐ 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>
- ☐ Maaïke de Vries en 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
- ☐ Bernie S. Siegel, Lessen van wonderbaarlijke patiënten. VBK Media, 1987, ISBN 9789026618383

Aanbevolen literatuur tweede jaar:

- ☐ 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 Korzelijs, 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 Pruimboom, 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

Toelating en studieregels

Toelatingseisen

De tweejarige opleiding van de Academy for Integrative Medicine is bestemd voor artsen. Minimaal wordt vereist dat de deelnemer (basis)arts, tandarts of apotheker is. Studenten geneeskunde in de masterfase en Physician Assistents kunnen ook worden toegelaten na overleg met coördinator en bestuur. Hierbij wordt onder andere gekeken naar motivatie en ervaring.

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

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

Uitstel

Het is mogelijk om uitstel aan te vragen voor de uiterste inleverdatum van een opdracht. Aanvragen tot uitstel, met opgaaf van reden, kunnen worden ingediend bij de examencommissie via info@aim-edu.nl

Aanwezigheidsplicht

Voor de opleidingsweekenden geldt een aanwezigheidsplicht van 80%. Indien de deelnemer meer dan 20% afwezig is geweest, wordt persoonlijk contact opgenomen en gekeken of een vervangende opdracht volstaat. Bij het missen van twee volledige opleidingsweekenden wordt de 20% overschreden. De deelnemer wordt uitgesloten van de toets en het examen zolang niet aan de aanwezigheidsplicht is voldaan. Alhoewel de aanwezigheidsplicht op minimaal 80% is gesteld, wordt aangeraden om echt alle blokken te volgen zodat een goed beeld kan worden gevormd van de rijkheid van integrale geneeskunde en toepassingsmethoden.

Examenreglement

Dit examenreglement geldt voor zowel de toets in het eerste jaar als het examen in het tweede jaar van de opleiding. Studenten kunnen alleen deelnemen aan het examen indien zij voldoen aan de aanwezigheidsplicht van 80%. Vrijstelling voor het examen is niet mogelijk.

Het examen bestaat uit meerkeuzevragen, juist/onjuist-vragen en open vragen en wordt schriftelijk op locatie afgenomen. Informatie over de examenstof, examenduur, datum en tijdstip zijn te vinden op het Leerplein na inschrijving voor de opleiding. Het eerste jaar examen is een open-boek examen. Het tweede jaar examen wordt afgenomen zonder mogelijkheid van raadpleging van literatuur.

De beoordeling is een cijfer op een schaal van 0-10, waarbij een score van 5,5 of hoger als voldoende wordt beschouwd. De beoordeling wordt gecommuniceerd via het Leerplein.

Herkansing vindt op locatie plaats en is kosteloos. Datum en tijdstip worden nader bepaald. Studenten die door ziekte niet kunnen deelnemen aan het reguliere examen, kunnen deelnemen aan de herkansing. Als reeds een voldoende voor de opdracht is behaald, kan deze niet worden herkanst ten behoeve van een hoger cijfer.

De examensommissie is verantwoordelijk voor de naleving en handhaving van dit reglement. Voor vragen of verzoeken kan de examencommissie worden gecontacteerd via info@aim-edu.nl.

Certificaat

Met het afronden van het eerste jaar wordt verkregen, de 'Aantekening Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde'. Dit wordt digitaal toegestuurd als certificaat. Vereisten voor het behalen van het certificaat zijn:

- ☐ Behalen integrale casus
- ☐ Behalen posteropdracht
- ☐ Behalen toets
- ☐ Aanwezigheid van > 80%

Diploma

Na afronding van het tweede jaar wordt een diploma verkregen en de titel: 'Arts voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde'. Deze titel geldt alleen voor BIG-geregistreerde artsen. Voor deelnemers met een andere vooropleiding zal een soortgelijke titel gelden: ... voor Integrale Geneeskunde en Leefstijlgeneeskunde. Het diploma wordt overhandigd tijdens een feestelijke diploma-uitreiking.

Vereisten voor het behalen van het diploma zijn:

- ☐ Certificaat eerste jaar
- ☐ Behalen stageopdracht
- ☐ Aanwezigheid van > 80%

Praktische informatie

Opleidingsdata 2025-2026

Hieronder zijn de data opgenomen van de beide opleidingsjaren:

Blok 1	5 en 6 september 2025
---------------	------------------------------

jaar 1 - Introductiedag Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde (alleen zaterdag)
jaar 2 - Salutogenese en fysiologie

Blok 2	26 en 27 september 2025
---------------	--------------------------------

jaar 1 - De filosofische en wetenschappelijke onderbouwing van Integrative Medicine en Leefstijlgeneeskunde
jaar 2 - Microbioom en gezondheid

Blok 3	31 oktober en 1 november 2025
---------------	--------------------------------------

jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde I: beweging, ademhaling en slaap
jaar 2 - Metabool syndroom

Blok 4	12 en 13 december 2025
---------------	-------------------------------

jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde II: voeding, fysiologie en preventie
jaar 2 - Hormonale assen

Blok 5	9 en 10 januari 2026
---------------	-----------------------------

jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde III: voeding als medicijn
jaar 2 - Low grade inflammation en oxidatieve stress

Blok 6	6 en 7 februari 2026
---------------	-----------------------------

jaar 1 - Leefstijlgeneeskunde IV: compassie, zingeving en spiritualiteit
jaar 2 - Immuunsysteem, allergieën en auto-immuunziekten

Blok 7	13 en 14 maart 2026
---------------	----------------------------

jaar 1 - Introductie in de Traditionele Chinese Geneeskunde en acupunctuur
jaar 2 - Verdieping integrale psychiatrie

Blok 8	10 en 11 april 2026
---------------	----------------------------

jaar 1 - Introductie in de homeopathische geneeskunde
jaar 2 - Epigenetica en oncologie

Blok 9	8 en 9 mei 2026
---------------	------------------------

jaar 1 - Introductie in de antroposofische geneeskunde
jaar 2 - Bewustzijn, spiritualiteit en verbinding

Blok 10	5 en 6 juni 2026
----------------	-------------------------

jaar 1 - Integrale casuïstiek en presentatie wetenschappelijk onderzoek
jaar 2 - Integratie 'Leefstijl als Medicijn' - IOP en praktijk

4 juli 2026

jaar 1 - Toets
jaar 2 - Examen

Locatie

Het onderwijs wordt in het studiejaar 2025-2026 gegeven in Van der Valk "de Cantharel" te Uchelen/Apeldoorn.

Het is mogelijk om tijdens de opleidingsweekenden te overnachten in het hotel. Ook in de nabije omgeving zijn via diverse bookingssites plekken te vinden om te overnachten.

Bij hoge uitzondering kunnen de lessen op een andere locatie worden gegeven. Hiervan wordt de deelnemer tijdig in kennis gesteld.

Studiebelasting

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

Lestijden

Het vrijdagavond programma duurt van 19.30-21.30 uur. Het zaterdag programma start met een besloten ochtendworkshop van 08.00-09.00 uur, gevolgd door het ontbijt. Het dagprogramma vervolgt dan van 10.00-17.00 uur.

Studiekosten

€ 5.250,- per studiejaar inclusief inschrijfgeld, tien opleidingsweekenden en het afsluitende examen.

Er is een betaalkorting van €520 voor betaling van de gehele opleiding ineens. Er is een vroegboekorting van €200 bij betaling per studiejaar, waarbij de betaling vóór 1 augustus 2025 resp. 2026 bij ons binnen moet zijn. Details van deze kortingen vind u terug op de inschrijfpagina. Het inschrijfgeld kan ook voldaan worden in twintig termijnen van elk € 525. Elke maand gedurende de twintig lesblokken ontvangt u daartoe dan een factuur. Er is geen korting van toepassing op termijnbetalingen.

Bij het inschrijfgeld zijn het digitale lesmateriaal, ontbijt, koffie/thee/snacks en lunch inbegrepen. Overnachtingen zijn niet inbegrepen.

Studiefinanciering

Bij problemen met het financieren van de studie kunt u met ons contact opnemen via info@aim-edu.nl.

Registratie

De Academy for Integrative Medicine is bij het CRKBO geregistreerd. Dit betekent dat de AIM is vrijgesteld van BTW.

Accreditaties

Voor de beide opleidingsjaren wordt accreditatie aangevraagd bij onderstaande instanties. Via het Leerplein wordt de deelnemer op de hoogte gesteld van het aantal toegekende punten per opleidingsweekend.

KNMG AbSg - Accreditatiebureau Sociale geneeskunde, voor bedrijfsartsen

Er wordt een maximum aantal van 4 punten toegekend per opleidingsweekend.

Artsen mogen een kwart van hun benodigde accreditatiepunten voor herregistratie behalen met nascholingen die zijn goedgekeurd door andere specialismen. De limiet

kan mogelijk per beroepsvereniging verschillend zijn, raadpleeg hiervoor uw beroepsvereniging.

AVIG - Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde

Er wordt een maximum aantal van 5 punten toegekend per opleidingsweekend.

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. Alle studenten van de AIM kunnen algemeen lid worden van de AVIG. Hierbij worden de consulten echter nog niet vergoed en is de arts ook nog niet aangesloten bij geschilleninstantie SGCIG. Om volledig registerlid te worden is het de bedoeling om ook het tweede jaar 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 overzichtelijk vermeld op de website <https://avig.nl/lidmaatschap/>.

NVAA - Nederlandse Vereniging van Antroposofische Artsen

Er wordt een maximum aantal van 2 punten toegekend per opleidingsweekend. Per kalenderjaar kan een student maximaal 2 punten verkrijgen via de AIM. Voor het opleidingsweekend 'Introductie in de antroposofische geneeskunde' worden meer punten toegekend.

KABIZ - Kwaliteitsregistratie en Accreditatie Beroepsbeoefenaren in de Zorg

De Kabiz heeft accreditatie voor de tweejarige opleiding toegekend. Afgestudeerden kunnen hierdoor lid worden van de Beroepsvereniging Leefstijlcoaches Nederland (BLCN). Het stelt hen in staat om de AGB zorgverlenerscode voor leefstijlcoaches aan te vragen. Deze code is essentieel voor het officieel uitoefenen van het beroep van leefstijlcoach binnen de zorgsector, ze worden erkend en kunnen een vergoeding vanuit de basisverzekering krijgen (gecombineerde leefstijl interventie GLI) voor hun leefstijlconsulten.

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.

Website 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 arts 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.

Opleidingsleerdoelen eerste studiejaar, per opleidingsblok

Blok 1:
De deelnemend arts:
☐ kent de definitie van integrale geneeskunde (de vier pijlers van de integrale visie op de geneeskunde) ☐ kent het ethisch raamwerk (effectiviteit en veiligheid) aan de hand waarvan behandelaar en zorgvrager samen (shared decision) keuzes kunnen maken uit alle behandelmethoden ☐ kent de definitie van en de basisvaardigheden die dokter en patiënt van de toekomst nodig hebben om leefstijlgeneeskunde in de praktijk toe te passen ☐ kent de definities van gezondheid en ziekte van de WHO en Machteld Hubert (Positieve Gezondheid). ☐ kent het 'spinnenwiel' en weet deze toe te passen in de praktijk. ☐ heeft kennis van de basisprincipes en van de mogelijkheden van integrale psychiatrie

Opleidingsleerdoelen tweede studiejaar, per opleidingsblok

Blok 1:
De deelnemend arts:
☐ kent de verschillen tussen salutogenese en reductionistisch denken, naar analogie van fysiologie en pathologie denken en kan hiernaar handelen ☐ heeft kennis van de polyvagaal theorie, neuroceptie, de rol van de nervus vagus en kennis van de toepassing in de praktijk ☐ heeft kennis van de neurofysiologie van mindfulness/spiritualiteit - toepassing in de praktijk ☐ draagt IM uit door middel van een preventieve en gezondheids-bevorderende leefstijl op persoonlijk vlak ☐ 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

Organisatie

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

Bestuur

In het bestuur hebben de volgende personen zitting:

- ☐ Voorzitter: Frans Kusse, arts voor integrale geneeskunde, voorzitter van de Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG), redactiecoördinator van het Tijdschrift voor Integrale Geneeskunde (TIG)
- ☐ Lid: Peter Wouters Organisatiekundige en bestuurder / ondernemer in onderwijs en gezondheidszorg & mind-body-spirit practitioner.
- ☐ Vice-voorzitter: Bea Tanis, internist-hematoloog/oncoloog en epidemioloog, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde
- ☐ Penningmeester: Gerard Wiringa, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde

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. Sarah Durston, hoogleraar Ontwikkelingsstoornissen in de hersenen van het UMC Utrecht
- ☐ 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
- ☐ Prof. 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

- ☐ drs. Ines von Rosenstiel, kinderarts en arts voor Integrative Medicine
- ☐ 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. ir. Esther van de Wall, psychiater met specialisatie in de kinder- en jeugdpsychiatrie

Opleidingscoördinatoren en office managers

- ☐ Opleidingscoördinatoren eerste jaar: Saira Moeniralam
- ☐ Opleidingscoördinator tweede jaar: Valentine Dillisse
- ☐ Algemeen opleidingscoördinator: Frans Kusse
- ☐ Office managers: Corine Teeuwen, Elisa Cruys, Laura Fleur, Margriet Schouten en Odilia van der Kleij

Commissies

De Academy for Integrative Medicine kent de volgende commissies:

- ☐ Accreditatiecommissie
- ☐ Examencommissie
- ☐ Klachtencommissie
- ☐ Onderwijscommissie
- ☐ Toelatingscommissie
- ☐ Wetenschapscommissie

Onderwijscommissieleden

- ☐ Valentine Dillisse, bedrijfsarts n.p., arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde
- ☐ Frans Kusse, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde, gespecialiseerd in homeopathische geneeskunde
- ☐ Gio Meijer, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde, gespecialiseerd in homeopathische geneeskunde
- ☐ Saira Moeniralam, specialist ouderengeneeskunde en arts voor antroposofische geneeskunde
- ☐ Charlotte Simons, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde, acupuncturist en yogadocente
- ☐ Bea Tanis, internist-hematoloog/oncoloog en epidemioloog, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde
- ☐ Astrid Vester, arts voor integrale geneeskunde en leefstijlgeneeskunde, gespecialiseerd in natuurgeneeskunde

Docenten

Docenten zijn o.a. prof. dr. Hanno Pijl, prof. dr. Dirkjan van Schaardenburg, dr. Remko Kuipers, dr. Herman van Wietmarschen, prof. dr. Rogier Hoenders, dr. Věra Novotný, drs. Ines von Rosenstiel, Machteld Huber, lector dr. Erik Baars, drs. Karin Pijper, prof. dr. Renger Witkamp, dr. ir. Esther van de Wall, dr. Bas Geerdes, drs. Pim van Lommel, dr. Jesse Mulder, prof. dr. Jan van der Greef, Marjan Meddens, prof. dr. Jim van Os, drs. Astrid Vester, drs. Saira Moeniralam MD en drs. Monique Tjon-A-Tsien.

Algemene voorwaarden

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

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) 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. De bedenktijd geldt tot aanvang van de opleiding/nascholing. Indien het bedrijf het contract afsluit, 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 de opleiding/nascholing. 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. De deelnemer ontvangt zo spoedig mogelijk, doch uiterlijk binnen twee weken bericht.

6. Facturering

De prijs voor de opleiding/nascholing 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/nascholing weigeren. Alle kosten ontstaan door wanbetaling, zijn voor rekening van de deelnemer.

7. Conditie waaronder een opleidingsjaar niet door kan gaan

De AIM behoudt zich het recht voor om bij 45 of minder inschrijvingen voor het eerste jaar en 40 deelnemers of minder voor het tweede jaar de start uit te stellen en de inschrijvingstermijn te verlengen. U wordt hiervan één 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 één 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 50% 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.
- ☐ Bij het niet verschijnen van de deelnemer is het gehele bedrag van de studiekosten verschuldigd.
- ☐ Er vindt geen restitutie plaats bij annulering van de opleiding gedurende het studiejaar, termijnbetalingen blijven doorlopen. De deelnemer wordt de mogelijkheid geboden om bij uitval te herstarten in het opvolgende studiejaar. De gevolgde lesdagen blijven één studiejaar geldig. Bij het vervolg in het opvolgende studiejaar wordt het prijsverschil van de opleiding in rekening gebracht.
- ☐ 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.