### ****[In 2022 kregen meer dan 2 miljoen Belgen benzodiazepines voorgeschreven](https://eur05.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fbcfi.us12.list-manage.com%2Ftrack%2Fclick%3Fu%3Db626c1516488076043c09c069%26id%3D6b63033b42%26e%3D8c7aa61e0d&data=05%7C02%7Ckristel.aerts%40hpovzw.be%7C96a62761577a4139f93d08dc603c3bc6%7C3317b413a52e46c19cd7a0eabdc730e8%7C0%7C0%7C638491059011864724%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=DwutwvkfbKiW0HhT3rBBF0UlaPlb47CymFLW%2FdKtMww%3D&reserved=0" \t "_blank)****

Dat is één op vijf Belgen. Hoe kan je als huisarts jouw steentje bijdragen om dit cijfer naar beneden te krijgen? Wil jij ook je patiënt met slaapklachten helpen zijn of haar benzodiazepines of Z-drugs af te bouwen, *maar twijfel je hoe eraan te beginnen?*

Je bent niet de enige. Veel artsen hebben hier moeite mee. Hoe maak je het onderwerp bespreekbaar zonder het vertrouwen van je patiënt te schaden? Hoe ga je om met weerstand? En hoe bouw je concreet af?

Onze LOK afbouw benzodiazepines ondersteunt jou met praktische tools en motivationele tips om jouw patiënten succesvol te helpen afbouwen.  
8 LOK’s afbouw worden gratis aangeboden vanuit een financieringsproject door de FOD Volksgezondheid.  Deze worden gegeven door een ervaren trainersduo huisarts-psycholoog.

Men vraagt per LOK vorming een **minimum van 15 deelnemers te verzekeren**: hiertoe kunnen 2 of meer LOK groepen samenwerken.

**VRAAG DEZE LOK AAN:** [**psychofarmaca@ugent.be**](mailto:psychofarmaca@ugent.be)

Alvast bedankt

Met vriendelijke groet,

|  |  |
| --- | --- |
| Afbeelding met tekening  Automatisch gegenereerde beschrijving | **Helena Broekaert**  *Zorgstroomcoach – Projectcoordinator Huisartsentoegankelijkheid*  *Niet beschikbaar op woensdagnamiddag*  Domus Medica | Lange Leemstraat 187 | 2018 Antwerpen  T. + 32 3 425 76 52 | [helena.broekaert@domusmedica.be](mailto:helena.broekaert@domusmedica.be)  [www.domusmedica.be](https://eur05.safelinks.protection.outlook.com/?url=http%3A%2F%2Fwww.domusmedica.be%2F&data=05%7C02%7Ckristel.aerts%40hpovzw.be%7C96a62761577a4139f93d08dc603c3bc6%7C3317b413a52e46c19cd7a0eabdc730e8%7C0%7C0%7C638491059011876937%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=4GxQDO%2F6xWComUMyiijIH37VbsQvba9xc%2FX9TXqMbds%3D&reserved=0) | [Lid worden](https://eur05.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.domusmedica.be%2Flid-worden-van-domus-medica&data=05%7C02%7Ckristel.aerts%40hpovzw.be%7C96a62761577a4139f93d08dc603c3bc6%7C3317b413a52e46c19cd7a0eabdc730e8%7C0%7C0%7C638491059011886274%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=1CowlEjFjpdvPQmu4TReqnU%2FGR0jdLpJeNibe%2B2iNw0%3D&reserved=0) |