



Themabijeenkomst: "Leefstijlinterventie bij type 2 diabetes: voeding als therapie"

Inhoud bijeenkomst:

1. Diabetes type 2: is het te genezen? 60 min
2. Voeding- en leefstijltherapie bij metabole problemen. 60 min
3. Leefstijlverandering is geen kwestie van moeten, maar motiveren en ondersteunen . 90 min

Datum: woensdag 27 februari

Start 17.00 uur, einde 21.00 uur.

- Doelgroep: Cluster 1: huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, artsen voor verstandelijk gehandicapten
- Cluster 2: medisch specialisten
- Cluster 3: sociaal geneeskundigen
-

Maximaal aantal deelnemers : 25

Voor leden van het DAI-netwerk geldt het kortingstarief van €145,-

Normaal : € 195,-

DAI is voor trainingen en deskundigheidsbevordering vrijgesteld van btw

begintijd	wat	wie	vorm
17.00 45 min	Diabetes type 2: is het te genezen? Type 2 diabetes is het gevolg van een ongezonde omgeving / leefstijl in de context van een (epi)genetisch profiel dat diepe evolutionaire wortels heeft.	Hanno Pijl	presentatie
17.45 45 min	Diner		
18.30 45 min	Voeding- en leefstijltherapie bij metabole problemen. Praktische handvatten hoe met voedingstherapie bloedglucose, insuline productie, insuline gevoeligheid, verzadiging en het vrijkomen van energie uit de lichaamsvoorraad te beïnvloeden zijn.	Connie Hoek	presentatie



19.15 15 min	Pauze		
19.30 90 min	Motiverende gespreksvoering. Leefstijlverandering is geen kwestie van moeten, maar motiveren en ondersteunen	Rubik Nazarian	Interactief
21.00	. Netwerkborrel		.

toelichting onderdeel Motiverende Gespreksvoering:

Motiverende Gespreksvoering: Leefstijlverandering is geen kwestie van moeten, maar motiveren en ondersteunen

Duur	Activiteiten	Doel
45 minuten	Theoretisch kader van motiverende gespreksvoering	Kennismaken met de basisprincipes van Motiverende Gespreksvoering: <ul style="list-style-type: none">- Basishouding van Motiverende gespreksvoering- Reparatiereflex- Non-verbale communicatie- Gesprekstechnieken: Reflectief luisteren, samenvatten, doorvragen- Fases van motiveren: Aansluiten, focussen, ontlocken, plannen- Verandercirkel van Prochaska & DiClemente- Ambivalentie exploreren
5 minuten	Pauze	
30 minuten	Verandercirkel van Prochaska & DiClemente	Herkennen waar de patiënt zit in de verandercirkel en op de juiste manier daarop aansluiten.