

Draaiboek “De kracht van leefstijl” Symposium 17 april 2018

begintijd	wat	wie	vorm
18.00 15 min	opening	Hans Christiaanse, Alles is Gezondheid Wethouder wethouder Tigelaar.	interactieve openingspre- ntatie
18.15 25 min	Bewegen als medicijn door Matthijs van der Poel Regelmatig worden er medicijnen voorgeschreven, terwijl de klachten door middel van meer of anders bewegen verholpen kunnen worden. Wat is bewegen en hoe raken we de juiste snaar om intrinsieke motivatie te vinden?	Matthijs van der Poel, Huisarts, over Bewegen als medicijn.	presentatie
18.40 25 min	Bewegen in relatie tot hart en vaatziekten door Joep Tejjink Claudicationet is hét landelijk netwerk voor oefen- en fysiotherapeuten waarbij scholing gericht op ‘etalagebenen’ een belangrijk speerpunt is. Waarom is deze looptherapie nodig om patiënten te helpen?	Joep Tejjink, Chirurg, over Bewegen en hart en vaatziekten.	presentatie
19.05 10 min	Pauze		pauze

19.15 25 min	Er is voldoende bewijs dat gebrek aan lichaamsbeweging een risicofactor is voor het ontwikkelen van psychische klachten. Vooral bij depressie, maar ook bij burn-out, een steeds vaker voorkomende reden van arbeidsverzuim. En er is steeds meer bewijs dat een interventie op dit terrein, vooral running therapie, significante reductie van klachten kan bewerkstelligen.	Bjarne Timonen, GZ- psycholoog, over Beweeginterventies als meerwaarde bij psychisch leed	presentatie
19.40 10 min	Pauze		
19.50 25 min	Huisartsen zien steeds meer patiënten met gezondheidsvragen waarvoor de oplossing in het sociaal domein of leefstijladvisering te vinden is. De huisarts kan het niet alleen. Reden genoeg om de handen ineen te slaan met bijvoorbeeld leefstijlcoaches, welzijnswerkers, buurtsportcoaches, gemeente en GGD.	Francoise Langens, Huisarts, over Gezonde wijkaanpak.	presentatie
20.15 15 min	Bas van de Goor Foundation	Bas van de Goor	
20.30 25 min	Gecombineerde leefstijlinterventies, GLI: Leefstijl leeft door Jan Willem Leidekker		
20.55 25 min	Gezondheidscentrum 3.0 Het integreren van leefstijlinterventies in de spreekkamer is een gemeenschappelijk belang van de gemeenten, zorgverzekeraars en huisartsen.	Rubik Nazarian Evelien van der Vinne, Programma manager Gezondheidscentrum 3.0 Frits Oosterveld, Lectoraat Saxion , Welzijn en geluk	presentatie
21.20	Terugblik en afsluiting	Hans Christiaanse	presentatie
21.30	Einde		



Seminar van 1 dagdeel, 3 PE-punten
Voor meer informatie: Rubik Nazarian, DAI Huisartsen, 06 4152 0679

Partners: [Hogeschool Saxion](#) , [Hogeschool van Arnhem en Nijmegen](#) , [Economic Board Utrecht](#).

www.dokterenbewegen.nl

www.gezondheidscentrum30.nl