



Lemion® b.v.
Afdeling P/W
Antwoordnummer 10001
1115 ZZ Amsterdam - Duivendrecht

Postzegel
is niet nodig

Voor wie?

Dit symposium is bedoeld voor tandartsen en mondhygiënisten. Alle andere geïnteresseerde mondzorgprofessionals zijn uiteraard ook van harte welkom.

Kosten

Het inschrijfgeld bedraagt bij inschrijving én betaling:

	t/m 1 november	na 1 november
Tandartsen	€ 360,-	€ 395,-
Mondhygiënisten	€ 255,-	€ 285,-

Daarbij inbegrepen zijn het cursusmateriaal, koffie/thee, lunch, borrel, uitrijdkaart en boek.

Early bird

Voor de eerste 20 personen die zich inschrijven (en betalen) geldt een tarief van slechts € 250,- p.p.

Datum en locatie

De bijeenkomst vindt plaats op vrijdag 16 december 2016 in CineMec Utrecht. Per auto en trein uitstekend bereikbaar vanwege de ligging direct aan de snelweg A2 en naast het NS-station Leidsche Rijn.

Accreditatie

Voor dit symposium is accreditatie aanvraagd bij het Kwaliteitsregister tandartsen (KRT) en het Kwaliteitsregister mondhygiënisten (KRM). Punten worden door Lemion® bijgeschreven in de betreffende registers. Wij verzoeken u daarom bij inschrijving ook uw BIG/KRM-nummer in te vullen.



Inschrijving en wijze van betaling

U kunt zich inschrijven via www.lemion.nl/leefstijl of door het inzenden van de aangehechte antwoordkaart. Direct na verwerking van uw inschrijving en ontvangst van uw betaling ontvangt u een bevestiging van deelname.

Annulering

Annulering van deelname is uitsluitend schriftelijk mogelijk. Uw annulering per e-mail of post dient uiterlijk 15 werkdagen voor aanvang van de bijeenkomst bij Lemion® binnen te zijn. Tot deze datum wordt het inschrijfgeld gerestitueerd. Na deze datum bent u het volledige bedrag verschuldigd en kan geen restitutie meer plaatsvinden. Eventueel kunt u zich laten vervangen door een collega.

Inlichtingen

Lemion® b.v.
MediArena 13
1114 BC Amsterdam
tel. 020 261 41 80
info@lemion.nl
www.lemion.nl/leefstijl



Symposium

Leefstijl en de praktijk.

Uw rol als mondzorgprofessional:
Wat kunt u doen...of moet u juist laten?

vrijdag 16 december 2016 / Utrecht

Dagvoorzitters

Dyonne Broers, tandarts. St. Bijzondere Tandheelkunde, Amsterdam
Dr. Bram Bakker, psychiater. Zorg van de Zaak, Oirschot

Over o.a.

- Mateloosheid
- Burn-out
- Socratisch motiveren
- (On-)gezonde voeding
- Preventie



www.lemion.nl/leefstijl

www.lemion.nl/leefstijl

Leefstijl en de praktijk.

Uw rol als mondzorgprofessional: Wat kunt u doen...of moet u juist laten?

Vrijwel iedereen weet dat een ongezonde leefwijze de oorzaak kan zijn van veel gezondheidsproblemen. Dat stress, onvoldoende lichaamsbeweging, roken, alcohol of een verkeerd eetpatroon vaak direct van invloed zijn 'op de mond' weten minder mensen. Natuurlijk is dit over het algemeen wel bekend bij mondzorgprofessionals.

Toch wordt aan de relatie *leefstijl – mondzorg* in de praktijk soms nog te weinig aandacht besteed, terwijl men steeds vaker wordt geconfronteerd met klachten van patiënten die voorkómen hadden kunnen worden met een gezondere leefwijze. Mede daarom staat een actieve rol bij preventie via patiëntvoorlichting en advies voor iedere gezondheidszorgprofessional meer-en-meer op de voorgrond.

Essentieel is daarbij wel dat de mondzorgprofessional voldoende kennis heeft van zowel de concrete uitingen van een ongezonde leefstijl, als van de adviezen die gegeven kunnen worden ter verbetering. Maar als men vervolgens weet wat de patiënt te adviseren, dan moet deze die adviezen ook nog opvolgen. En dat is lang niet altijd het geval...! Hoe kunt u een patiënt nu effectief motiveren zodat deze die goede raad daadwerkelijk ter harte neemt?

Veel ongezond gedrag is het gevolg van *craving*, mateloosheid of 'zucht'. Dit speelt trouwens beslist niet alleen bij roken, drank of drugs (of snoep!), maar ook bij gokken en 'modern' gedrag, zoals online shoppen of het gebruik van sociale media. Anno nu verdient dit fenomeen nog steeds veel meer aandacht, ook in de mondzorg.

En natuurlijk speelt ook voeding een rol bij tal van aandoeningen in en rond de mond zoals cariës, aften, monddroogte en zeker ook, maar niet alleen, bij tanderosie. Hierbij kunnen bijvoorbeeld voedingsdeficiënties een oorzaak of juist het gevolg zijn van het specifieke probleem. In dit verband doet de Gezondheidsraad met haar recente *Richtlijnen Goede voeding 2015* bijzonder werkbare uitspraken.

Last but not least: tijdens dit symposium komt ook het potentiële risicogedrag van mondzorgprofessionals zélf ter sprake. Gedrag dat bijvoorbeeld tot een burn-out kan leiden. Daarbij gaat het vooral niet alleen wat de kans op een burn-out vergroot, maar vooral hoe dit voorkómen kan worden.

Kortom, dit symposium **Leefstijl en de praktijk** gaat over de vele aspecten van het identificeren van ongezond gedrag en het aanleren van gezond gedrag. Een gezonde leefstijl leidt ook in de mondzorg tot een veel betere prognose: klachten komen minder snel terug als het risicogedrag is verdwenen. Tijdens de bijeenkomst wordt daar onder het duo-voorzitterschap van Dyonne Broers en Bram Bakker op een zeer diverse maar altijd praktisch relevante wijze aandacht aan gegeven.

Wij hopen dan ook van harte u op 16 december 2016 in Utrecht te mogen begroeten.

Alle deelnemers ontvangen een exemplaar van het boek "Hoe word je 100"? van William Cortvriendt, arts (Uitgeverij Lucht, ISBN 978949172901, € 18,95). Het werk is een bestseller in de VS met als titel 'Living a Century or More'.



Dr. Martin Appelo is GZ-psycholoog/gedragstherapeut. Hij werkt als docent, trainer, therapeut en supervisor in een eigen praktijk, bij het psycho-oncologisch centrum Het Behouden Huys in Haren en de afd. Psychologie van de Rijks Universiteit Groningen. Centrale thema's in zijn werk: derde generatie cognitieve gedragstherapie, veerkracht, zelfhelend vermogen en motivatietechnieken.



Dr. Bram Bakker is als psychiater en medisch directeur werkzaam bij Rodersana, een verslavingszorginstelling die deel uitmaakt van het netwerk van Zorg van de Zaak te Oirschot. Hij publiceert boeken en columns onder meer over verslaving in *Lef Magazine* en is regelmatig gast bij radio en op televisie. (dagvoorzitter)



Dyonne Broers is directeur zorg bij de Stichting Bijzondere Tandheelkunde in Amsterdam. Zij is hoofdopleider van de postnitiële masteropleiding tot tandarts-gehandicaptenzorg en opleider van de postnitiële masteropleiding tot tandarts-angstbegeleiding. (dagvoorzitter)



Dr. Dien Gambon was o.a. werkzaam bij de St. Bijzondere Tandheelkunde Rotterdam (BIJTER) en St. IPSE, Nootdorp. In 1995 startte zij de Bambodino Kinderpraktijk, ze is pedodontoloog, angststandarts en tandarts bijzondere zorggroepen. Ze promoveerde in 2011 met 'Tanderosie bij kinderen: risico factoren in het dagelijks leven in de 21ste eeuw'. Momenteel doet zij ook onderzoek op de afdeling Orale Biochemie van het ACTA.



Koen de Jong is directeur van Sportrusten BV en auteur van onder andere de boeken "Verademing", "Ik hardloper" en "Koud kunstje". Zijn werk is onder andere vertaald in het Engels, Duits en Spaans. Zelf ervaart hij dagelijks wat het belang is van rustig ademen en drie keer in de week bewegen.



Dr. Ronald Gorter is psycholoog en als Universitair Hoofddocent werkzaam bij de sectie Sociale Tandheelkunde (ACTA) waar hij o.m. communicatieve vaardigheden en psychologie doceert. Hij verrichtte onderzoek naar vele sociaaltandheelkundige thema's, m.n. ook naar werkdruk en burn-out onder tandartsen. Hij is directeur van ACTA Dental College en Executive Board Member van ADEE.

PROGRAMMA

- 08.30 uur Registratie en ontvangst
- 09.30 uur **Leefstijl en de praktijk** - Dyonne Broers en Bram Bakker
- 09.45 uur **"Zucht en zin": over mateloosheid** - Bram Bakker
- 10.45 uur Koffiepauze
- 11.15 uur **Tanderosie anno 2016** - Dien Gambon
- 12.15 uur Lunch met beweegmoment
- 13.00 uur **Bewegen en ademen** - Koen de Jong
- 13.45 uur **Burn-out: risico's, rode vlaggen en oplossingen** - Ronald Gorter
- 14.30 uur Theepauze
- 15.00 uur **Socratisch motiveren / theorie** - Martin Appelo
- 15.45 uur **Socratisch Motiveren / praktijk** - Martin Appelo
- 16.45 uur Einde programma



Ja, ik schrijf mij in voor het Symposium **Leefstijl en de praktijk** op vrijdag 16 december 2016 te Utrecht.

Ik ben: tandarts mondhygiënist anders, nl

Voorletters _____ Tussenvoegsel _____

Achternaam _____ M V

Praktijknaam _____

Praktijkadres _____

Postcode _____ Plaats _____

E-mailadres _____

Telefoonnummer _____

BIG/KRT/KRM- nummer* _____

Datum _____ Handtekening _____

*doorhalen wat niet van toepassing is.

Betaling

Eenmalige machtiging van rekeningnummer

Factuur

Kosten

Het inschrijfgeld bedraagt bij inschrijving én betaling:

U/m 1 november na 1 november

Tandartsen € 360,- € 395,-

Mondhygiënist € 255,- € 285,-

Daarbij inbegrepen zijn het cursusmateriaal, koffie/thee, lunch, borrel, uitrijkaart en boek.

Early bird

Voor de eerste 20 personen die zich inschrijven (en betalen) geldt een tarief van slechts € 250,- p.p.

Annulering

Annulering van de naam is uitsluitend schriftelijk mogelijk. Uw annulering per e-mail of post dient uiterlijk 15 werkdagen voor aanvang van de bijeenkomst bij Lemon® binnen te zijn. Tot deze datum wordt het inschrijfgeld gerestitueerd. Na deze datum bent u het volledige bedrag verschuldigd en kan geen restitutie meer plaatsvinden. Eventueel kunt u zich laten vervangen door een collega.