INLEIDING

Op 25 januari 2018 organiseert GZNDHDSZRG (partner van Uitgeverij SWP en Logacom) het Preventiecongres. Het congres is mede naar aanleiding van het verschijnen van het boek van Paul van der Velpen.

Obesitas, diabetes, depressie en dementie komen steeds vaker voor. Preventie is nodig om de gezondheid van de bevolking te bevorderen en kosten voor (gezondheids)zorg binnen de perken te houden. De gezondheidskloof moet ook kleiner worden. Nu gaan mensen met een lage opleiding gemiddeld zeven jaar eerder dood dan mensen met een hoge opleiding. Gezondheid wordt voor een groot deel bepaald door onze manier van leven, maar ook door de omgeving waarin wij leven. Het preventiecongres besteedt aandacht aan verschillende factoren die de mate van gezondheid en kwaliteit van leven bepalen. En bovenal: hoe kunnen we die factoren beïnvloeden? Aan welke knoppen kunnen we draaien? Welke maatregelen moeten de gemeenten, het onderwijs, de zorg, bedrijven en het ministerie van VWS nemen? Het Preventiecongres werkt toe naar een top tien van concrete maatregelen! Wanneer het aankomt op gezondheid, worden drie preventiepeilers onderscheiden:

- **ONGEZOND GEDRAG**
- **OPVOEDING**
- **ONGEZONDE OMGEVING**

Naast de plenaire lezingen zijn er vier subplenaire lezingen om in de ochtend uit te kiezen. Onderwerpen van deze sessies zijn: de Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht, sociale marketing, gezonde leefomgeving en tabakspreventie.

Kennis en achtergronden van verschillende invloeden op gezondheid van burgers moeten zorgen voor een concrete aanpak door gemeenten, zorg, onderwijs, bedrijven en de politiek. De middag wordt afgesloten met een paneldiscussie waarbij politici en vertegenwoordigers van diverse organisaties praten over het belang van een Preventieakkoord. Voor dit preventieakkoord worden aan het eind van de dag 10 maatregelen geboden, waarmee de politiek aan de slag moet. Bij deze interactieve discussie, zijn uiteraard ook uw vragen welkom!

Heeft u kennis en ideeën nodig voor uw preventieparagraaf in gemeentebeleid of voor de aanpak van preventie in het onderwijs, de zorg of uw bedrijf? Kom naar het preventiecongres en ga naar huis met ideeën, concrete maatregelen en praktische tips!

EXTRA
Deelnemers ontvangen gratis het boek *Het preventie-ultimatum* ter waarde van €39,95. Dit boek geschreven door Paul van der Velpen komt uit in januari 2018.

VOOR WIE?
Professionals in jeugdgezondheidszorg, gezondheidszorg en GGZ: gezondheidsvoorlichters, (jeugd)verpleegkundigen, (jeugd)artsen, bedrijfsartsen, arbodiensten
Mensen werkzaam bij de landelijke of gemeentelijke overheid: Beleidsfunctionarissen
Sociale professionals werkzaam bij Buurt- en wijkteams, jeugdhulp, ouderenwerk
In kinderopvang en het onderwijs werkzame professionals: leerkrachten, remedial teachers, intern begeleiders, beleidsfunctionarissen
Mensen betrokken bij Sport en bewegen op landelijk en lokaal niveau

PROGRAMMA

9.00 uur - Registratie en ontvangst

10.00 uur - Opening, de dag in perspectief
Paul van der Velpen, auteur Het Preventie ultimatum

10.20 uur - Een gezonde voedselomgeving: een mensenrecht
Prof.dr. Jaap Seidell, hoogleraar voeding en gezondheid aan de VU Amsterdam
Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie zijn zes van tien belangrijkste risicofactoren voor vroegtijdig overlijden in belangrijke mate voedingsgerelateerd. In Nederland telt één miljoen mensen met type 2 diabetes, bijna 4 miljoen mensen die bloeddrukverlagende middelen slikken; ruim één miljoen mensen die cholesterolverlagers voorgeschreven krijgen en ruim de helft van de Nederlandse volwassenen is te zwaar. Door een gezondere voeding is een groot deel van deze aandoeningen en risicofactoren te voorkomen dan wel te behandelen. Een kleine minderheid van de Nederlandse volwassenen en kinderen eten volgens de richtlijnen goede voeding. Het overgrote merendeel van het aanbod en de marketing van voedsel betreft producten die niet worden aanbevolen volgens de schijf van vijf. Het creëren van een voedselaanbod waarin de standaardkeuze de gezonde keuze is is een manier om de burger te beschermen tegen de huidige overmaat aan minder gezonde keuze. Het beperken van minder gezonde voedingsmiddelen door maatregelen wat betreft de beschikbaarheid, prijs en marketing is een effectieve beleidsstrategie. Internationaal, landelijk en lokaal beleid kunnen elkaar op dit terrein versterken.

10.55 uur Preventie van angst-en stemmings-stoornissen
Prof.dr. Aartjan Beekman, hoofd afdeling Psychiatrie bij VUmc Amsterdam en Lid Raad van Bestuur van GGZ inGeest.

Informatie over prof.dr Aartjan Beekman als arts 'Als Psychiater voel ik me vaak te gast in het leven van mijn patiënten. Het vraagt veel van patiënten om gastvrij te zijn, terwijl ze misschien de aller moeilijkste periode in hun leven doormaken. Psychiatrie is een vak waarbij techniek en ambachtelijkheid gecombineerd worden met nieuwsgierigheid en contact met andere mensen. Het is een groot voorrecht om dat vak te mogen uitoefenen in een academische omgeving. In mijn huidige werkzaamheden combineer ik patiëntenzorg (polikliniek voor stemmingsstoornissen) met onderzoek en management.'
Prof.dr. Aartjan Beekman is sinds 1985 werkzaam bij VUmc en Specialist sinds 1991. Zijn aandachtsgebieden en specialismen zijn: Stemmingsstoornissen en Epidemiologie.
Opleiding:
Valerius Kliniek, Amsterdam
VUmc, Amsterdam
GG&GD, Amsterdam
Curium, centrum voor Kinder en Jeugd Psychiatrie

Bron: https://www.vumc.nl/afdelingen/Ken-uw-arts/map/8548310/

11.30 uur - Koffie- en theepauze
In de foyer staan koffie en thee met wat lekkers voor u klaar

12.00 uur - Subplenaire sessieronde
Voor dit programmadeel heeft u keuze uit vier subplenaire sessies:

A. Aanpak van overgewicht en obesitas
Drs. Henriette Rombouts, programmamanager Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht, gemeente Amsterdam
Pasha Elstak b.a., programmasecretaris Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht, gemeente Amsterdam

Dr. Marije van Koperen, onderzoeker, VU
Collegetour Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht (AAGG): Alles wat je altijd al wilde weten over AAGG aan de hand van de VU-NJI meetlat werkzame elementen en vice versa.
Ga onder leiding van Pasha Elstak in gesprek met programmamanager AAGG Henriette Rombouts en VU-onderzoeker Marije van Koperen over mogelijk werkzame elementen van de Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht.
Het NJI en de VU hebben een meetlat ontwikkeld van werkzame elementen die preventieve aanpakken van complexe gezondheidsproblemen zouden moeten hebben. De collegetour start met een korte toelichting van de meetlat door Marije van Koperen.
Vervolgens kunnen de aanwezigen vragen aan Henriette Rombouts stellen hoe dat dan concreet gaat in Amsterdam en aan Marije over de meetlat.

B. Sociale marketing, , de waarde voor preventie
Drs. Julie Huibregtsen, Expert, Trainer, Begeleider en Sociale Marketing, Huibregtsen Sociale Marketing
'Gezonder, veiliger, duurzamer…'; preventie vraagt aan mensen vaak een aanpassing in gedrag. Hoe krijg je mensen zover dat ze hun gedrag veranderen? Sociale marketing expert Julie Huibregtsen vertelt hoe Sociale marketing preventieprogramma's kan versterken.

'Sociale Marketing is de toepassing van marketingconcepten en gedragstheorieën om positieve maatschappelijke of sociale veranderingen te bewerkstelligen voor grotere groepen'. Als professional zoek je altijd naar wegen om mensen beter te bereiken en meer effect bij hen te sorteren. Om mensen te bewegen om nu echt gezonder te leven, veiliger te werken, meer te bewegen, rookmelders op te hangen, meer om te kijken naar elkaar….
Hoe werkt Sociale Marketing?
Sociale Marketing helpt je te ontdekken wat mensen in hun dagelijks werk en leven werkelijk drijft en motiveert en wat mensen ontvankelijk maakt voor jouw aanpak. Sociale Marketing gaat over luisteren. Je gaat in gesprek met mensen, stelt andere vragen, observeert en laat je fascineren door hun drijfveren en perceptie. Aan de hand van eenvoudige tools en de acht kenmerken van Sociale Marketing helpen je je inzichten te verzamelen en te structureren. Zo vorm je een preventie-aanbod dat je doelgroep aanspreekt. Een doelgroep die blij is met jouw plannen en daar ook actief mee aan de slag gaat! Zodat mensen écht naar die sporttraining komen, jouw opvoedspreekuur bezoeken, aan dat milieuproject meedoen, veiliger werken, zich inschrijven voor die cursus valpreventie, die rookmelder op gaan hangen, gezonder gaan leven en zelfs op tijd hun belasting invullen...

Sociale Marketing is geschikt voor iedereen met als focus gedragsverandering. De methodiek is voor vele studierichtingen en beroepen interessant, omdat feitelijk vrijwel elk vakgebied elementen van gedragsverandering in zich draagt.
Denk aan publieke gezondheidszorg en preventie, maar ook veiligheid, onderwijs, milieu, duurzaamheid, hygiëne. Sociale marketing wordt toegepast door professionals in de uitvoering, ontwikkeling, (project)management, (beleid)advies, communicatie en onderzoek.

C. Invloed van de leefomgeving op beweging
Dr. Fred Woudenberg, manager afdeling Leefomgeving, GGD Amsterdam
De leefomgeving heeft grote invloed op de gezondheid. De omgeving waarin we leven bepaalt of en hoe we bewegen, wat we eten en drinken, of we roken en andere ongezonde dingen doen en hoeveel stress we hebben.
Fred Woudenberg gaat vertellen hoe volgens de GGD'en een gezonde leefomgeving er uit ziet en wat we kunnen doen om die te krijgen. De publieke gezondheidszorg kan hierbij het voortouw nemen.

D. Tabakspreventie
Drs. Wanda de Kanter, longarts, Antoni van Leeuwenhoek, Nederlands Kanker Instituut. (uitgenodigd)
NADER INFO VOLGT

13.00 uur - Lunch & Informatiemarkt
In de foyer wordt u vanaf bufetten een lunch geserveerd en er is gelegenheid om informatiestands te bezoeken, te netwerken en het boek te laten signeren.

14.00 uur Belang van beweging
Prof.dr. Erik Scherder, hoogleraar Klinische Neuropsychologie aan de VU Amsterdam
Beschrijvend CV van Wikipedia opgegeven door 'Brainwise door Erik Scherder':
Erik Johan Anton (Erik) Scherder (Amsterdam, 1 december 1951) is en Nederlandse hoogleraar neuropsychologie die verbonden is aan de Vrije Universiteit in Amsterdam (VU). Scherder doorliep eind jaren zeventig de opleiding tot fysiotherapeut en was vervolgens werkzaam in de Valeriuskliniek in Amsterdam. Daarna volgde hij aan de Vrije Universiteit van Amsterdam de studie psychologie, met een specialisatie in neuropsychologie, waarin hij in 1995 promoveerde.
In 2002 werd hij benoemd tot bijzonder hoogleraar aan diezelfde universiteit. Daarna volgde een benoeming tot hoogleraar Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit in Groningen (RuG). Enkele jaren later keerde hij terug naar de VU in Amsterdam, waar hij sindsdien als hoogleraar leiding geeft aan de afdeling klinische neuropsychologie. Door beide universiteiten heeft Scherder onderwijsprijzen toegekend gekregen. Zo werd hij in 2008 verkozen tot RuG-Docent van het jaar [1] en won hij in 2009 de VU-onderwijsprijs [2].
In 2013 werd hij uitgenodigd om mee te werken aan de Universiteit van Nederland. Naar aanleiding daarvan volgden uitnodigingen voor De Wereld Draait Door en in 2015 ook drie afleveringen van DWDD University[3], waarin het functioneren en stoornissen/aandoeningen van het brein centraal stonden. Ook verscheen in 2014 zijn boek Laat je hersenen niet zitten, dat de invloed van beweging op de hersenen omschrijft.
In 2016 ontving Scherder de Betto Deelmanprijs, vanwege 'zijn uitzonderlijke verdiensten als neuropsycholoog en zijn bijdrage aan het vakgebied van de neuropsychologie in Nederland'.[4]
Op 26 april 2017 werd Scherder benoemd tot Officier in de Orde van Oranje-Nassau. [5] In diezelfde maand verscheen ook zijn boek Singing in the brain, over de invloed van muziek op onze hersenen.

Wetenschappelijke aandachtsgebieden
Erik Scherder geeft leiding aan het onderzoeksprogramma Neuropsychologie van neurodegeneratieve ziekten aan de VU. Onder dit programma vallen meerdere onderzoeksgebieden.
Het eerste onderzoek bekijkt de relatie tussen lichamelijke (in)activiteit en gedrag (cognitie, slaapritme en humeur) bij mensen met en zonder dementie. Regelmatige lichaamsbeweging zorgt voor veelbelovende resultaten voor de uitvoerende functies (bijv. impulsbeheersing en taakomschakeling) van bejaarden zonder dementie. Bij patiënten met dementie worden zowel positieve als negatieve effecten geobserveerd. Maar het is wel gebleken dat zónder beweging de situatie van patiënten met dementie verslechtert.[6]
Het tweede onderzoek heeft betrekking op de relatie tussen pijn, lichamelijke activiteit en gedrag bij mensen met een cognitieve stoornis (zoals dementie of een verstandelijke beperking). Omdat de hersennetwerken die pijn verwerken gelijk zijn aan de hersennetwerken die een rol spelen in cognitieve processen (zoals het geheugen of uitvoerende functies) kan letsel aan de witte stof van de hersenen de cognitieve functies beschadigen én de ervaring van pijn versterken. Deze combinatie vergroot het risico dat de pijn te weinig behandeld wordt. Meer pijn kan ervoor zorgen dat patiënten minder gaan bewegen om de pijn niet erger te maken, en kan bij patiënten met dementie tot uiting komen in geïrriteerd gedrag. Inactiviteit en irritatie worden nog vaak gezien als symptomen van dementie, in plaats van als teken van pijn of ongemak.[6]
Het derde onderzoek concentreert zich op hersenletsel ten gevolge van sport en de relatie met gedrag. Specifiek wordt er gekeken naar wanneer de speler weer kan sporten. Er zijn momenteel nauwelijks medische procedures voor wanneer een voetballer na (milde) hersenschade weer veilig kan sporten. Voor dit

onderzoek worden basismetingen gedaan van de cognitieve functies en slaapritmes van voetballers aan het begin van het seizoen. Direct na het oplopen van een hersenletsel wordt er een nieuwe meting gedaan. Op deze manier wordt gecontroleerd wanneer een speler volledig hersteld is van zijn blessure en weer optimaal kan presteren. Deze medische benadering beschermt de speler tegen verder hersenletsel.[6]
Het vierde onderzoek betreft de relatie tussen lichamelijke (in)activiteit, cognitie (voornamelijk impulsbeheersing), en gedrag (voornamelijk agressie) op de psychiatrische afdeling van vijf gevangenissen in Nederland. De prefrontale cortex (die pas relatief laat volgroeid is) speelt een grote rol bij uitvoerende functies zoals impulsbeheersing. Voor de volgroeiing van de prefrontale cortex is een verrijkte omgeving heel belangrijk. Daarentegen zal een verarmde omgeving, zoals een gevangenis, de groei van het brein en de prefrontale cortex belemmeren. Met andere woorden: voor diegenen die al een verminderde impulsbeheersing hebben, zoals het geval is bij veel criminelen, zal de verarmde omgeving van de gevangenis het functioneren van de prefrontale cortex belemmeren, waardoor de impulsbeheersing nog meer vermindert. Inzicht in deze negatieve invloed is van belang omdat een vermindering van de impulsbeheersing het risico op agressieve incidenten vergroot, zowel binnen als buiten de gevangenis. Binnen dit project zal ook een studie plaatsvinden gericht op het verrijken van de leefwereld in de gevangenis, bijvoorbeeld door een bewegingsprogramma in te stellen. In een andere deelstudie van dit project worden de effecten van rentherapie op cognitie en gedrag bekeken. [6]
Naast het thema beweging is Scherder ook geïnteresseerd in de invloed van muziek op verschillende cognitieve processen.[7] Zo was hij onder andere betrokken bij een onderzoek naar de invloed van muziekles op de intellectuele vaardigheden van kinderen[8], en een studie waarbij de invloed van rapmuziek op de emoties van adolescenten werd onderzocht[9]. Hij sprak ook over dit onderwerp tijdens een college voor de Universiteit van Nederland[10] en speciale 'concertlezingen' in onder andere het Koninklijk Concertgebouw in Amsterdam[11]. In 2017 publiceerde hij ook een boek over dit onderwerp, met de titel Singing in the brain.

<u>Bronnen, noten en/of referenties</u>

1. *http://www.rug.nl/news/2008/02/docent*
2. *https://web.archive.org/web/20160815014523/http://www.vu.nl/nl/nieuws-agenda/nieuws/2013/jan-mrt/eerste-college-van-universiteit-van-nederland.aspx*
3. *http://dewerelddraaitdoor.vara.nl/nieuws/dwdd-university-presenteert-het-brein-door-erik-scherder*
4. *https://www.nvneuropsy.nl/betto-deelmanprijs-2016-voor-prof-dr-erik-scherder/[dode link]*
5. *https://www.vu.nl/nl/nieuws-agenda/nieuws/2017/apr-jun/170426-prof-dr-erik-scherder-benoemd-tot-officier-in-de-orde-van-oranje-nassau.aspx*
6. *naar: a b c d http://www.fgb.vu.nl/nl/over-de-faculteit/medewerkers-alfabetisch/medewerkers-q-s/e-scherder/index.aspx*
7. *http://www.parool.nl/kunst-en-media/neuropsycholoog-erik-scherder-muziek-geeft-een-beter-leven~a4220868/*
8. *Jaschke, A.C., Eggermont, L.H.P., Honing, H. & Scherder, E.J.A. (2013), Music education and its effect on intellectual abilities in children: a systematic review, Reviews in the Neurosciences, 24 (6), pp 665-675*
9. *Uhlig, S., Jansen, E. & Scherder, E.J.A. (2015). Study Protocol RapMusicTherapy for emotion regulation in a school setting. Psychology of Music. doi: 10.1177/0305735615608696*
10. *http://www.universiteitvannederland.nl/college/college-2/*
11. *https://www.concertgebouw.nl/concerten/professor-erik-scherder-over-muziek-en-ons-brein/07-07-2016*

14.30 uur - Preventie in werksituatie
Prof.dr. Alex Burdorf, Maatschappelijke Gezondheidszorg, Head Department of Public Health Erasmus MC te Rotterdam
De werkplek biedt uitstekende mogelijkheden voor preventiebeleid omdat grote groepen werkenden kunnen worden benaderd en vaak goede sociale ondersteuning aanwezig is. Tevens kan preventiebeleid

expliciet onderdeel zijn van de vitale en gezonde organisatie. Werk op zich is ook een goede preventiemaatregel; het verrichten van betaalde arbeid is voor nagenoeg iedereen gunstig voor de gezondheid. Daarom moet het recht op betaalde arbeid in elke top 10 van preventiemaatregelen staan.

15.00 uur - Koffie- en theepauze
Er staat in de foyer een kopje koffie met wat lekkers voor u klaar

15.30 uur - Gemeenten investeren in Preventie
Eric van der Burg, Wethouder Zorg & Welzijn gemeente Amsterdam

15.45 uur - Werk mee aan het Preventie-akkoord
In het regeerakkoord staat: "Er wordt een nationaal preventieakkoord gesloten met patiëntenorganisaties, zorgaanbieders, zorgverzekeraars, gemeenten, sportverenigingen en -bonden, bedrijven en maatschappelijke organisaties"
Tijdens het congres formuleren we vanuit verschillende disciplines concrete maatregelen voor het Preventie-akkoord en gaan we samen met u in debat over de mogelijke acties. Panelleden zijn :

- *Ali Rabarison, Directeur Beleid Integratie en participatie, VNG*
- *Hugo Backx, Directeur, GGD GHOR Nederland*
- *Erik van der Burg, Wethouder Zorg & Welzijn, Gemeente Amsterdam*
- *Wim van der Meeren, voorzitter Raad van Bestuur, zorgverzekeraar CZ*
- *Bernard Wientjes, voorzitter, Taskforce Bouwagenda*
-

16.45 uur - Afsluitende borrel met een hapje