



# SLAAP EN SEKSUALITEIT BIJ OUDEREN

*Ook als losse dagdelen te volgen*

**25 september 2018**

**Aristo Amsterdam**

**Met o.a. aandacht voor:**

- Slaapproblemen bij ouderen
- Alternatieven voor slaapmedicatie
- Bespreekbaar maken van seksualiteit, intimiteit en relaties

## **Achtergrond**

Slaap is een belangrijk onderdeel van leefstijl bij het ouder worden. Wat is normaal op het gebied van slaap, wat hoort er bij het ouder worden en wanneer worden het slaapproblemen? Welke behandelingen kunnen we dan toepassen?

## **Doelgroep**

Huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, gerieters, verpleegkundigen, POH's en andere professionals betrokken bij de zorg voor ouderen.

## **OCHTENDPROGRAMMA: Slaap(problemen) bij Ouderen**

- 9.30 uur**      **Ontvangst en registratie**
- 10.00 uur**      **Opening door de dagvoorzitter**  
*Frans Hoogeveen, ouderensycholoog en voormalig lector psychogeriatric, schrijft o.a. over kwaliteit van leven, seksualiteit en intimiteit*
- 10.15 uur**      **De levensloop van slaap**  
*Gerard Kerkhof, emeritus hoogleraar psychofysiologie Universiteit van Amsterdam en was tevens verbonden aan het Centrum voor Slaapstoornissen van het Medisch Centrum Haaglanden*
- 10.45 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 10.50 uur**      **Pauze**
- 11.15 uur**      **Slaapproblemen bij ouderen**  
*Ysbrand van der Werf, hoogleraar neurowetenschappen VUmc*
- 11.45 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 11.50 uur**      **Slaap bij dementie**  
*Sharon Ooms, onderzoeker slaap en dementie Radboudumc*
- 12.20 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 12.25 uur**      **Alternatieven voor slaapmedicatie**  
*Tejo Hylkema, verpleegkundige, verplegingswetenschapper, docent en CCE consulent Nyx Zorg voor Slaap*
- 12.55 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 13.00 uur**      **Lunch**

## **Achtergrond**

Ook seksualiteit een onderdeel dat bij het ouder worden andere aspecten krijgt. Het recente rapport van het Sociaal en Cultureel Planbureau geeft aan dat er op het gebied van kennis over seksualiteit, intimiteit en relaties bij ouderen nog veel te winnen is.

## **Doelgroep**

Huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, gerieters, verpleegkundigen, POH's, seksuologen en andere professionals betrokken bij de zorg voor ouderen.

## **MIDDAGPROGRAMMA: Seksualiteit bij Ouderen**

- 13.00 uur**      **Lunch + registratie en ontvangst middagprogramma**
- 14.00 uur**      **Opening van het middagprogramma**  
*Frans Hoogeveen, ouderenpsycholoog en voormalig lector psychogeriatric, schrijft o.a. over kwaliteit van leven, seksualiteit en intimiteit*
- 14.15 uur**      **Overzicht ouderen en seksualiteit**  
*Karlijn de Blécourt, consultant Rutgers kenniscentrum voor seksualiteit*
- 14.45 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 14.50 uur**      **Oplossingen en aanbevelingen**  
*Spreker wordt later bekend gemaakt*
- 15.20 uur**      **Gelegenheid voor vragen**
- 15.25 uur**      **Korte pauze**
- 15.45 uur**      **Bespreekbaar maken**  
*Jacqueline Fraanje, verpleegkundige Rijndam Revalidatie*
- 16.30 uur**      **Afsluiting en borrel**

