**Seminar Leefstijlverandering in preventie en zorg**

**Datum 24 september 2019**

Introductie

Een gezonde leefstijl krijgt een steeds groter belang binnen de geneeskunde en zorg. Niet voor niets is er grote belangstelling voor voeding binnen leefstijlgeneeskunde. Het nieuwe Nationale Preventieakkoord, waar Wageningen University & Research actief aan meewerkt, richt zich daarom ook op preventie van overgewicht.

Dit seminar biedt wetenschappelijke kennis over de rol van voeding en voedingsgedrag in onze gezondheid. **Hoe kan gezonde voeding zorgen voor een langer en gezonder leven?** Vanuit verschillende perspectieven als onderzoek, beleid maar ook de dagelijkse dokterspraktijk bieden we een verdiepend inzicht om succesvoller te zijn met leefstijlinterventies.

Doelgroep

Dit seminar is geschikt voor professionals(HBO/WO niveau), die hun kennis over leefstijl interventies willen vergroten en meer kennis willen hebben over de achterliggende psychologie en wetenschap. Bent u werkzaam als zorg professional? Bijvoorbeeld als diëtist, praktijkondersteuner (fysio therapeut, leefstijl coach, gewichtsconsulent) of bent u een medische professional en als arts, apotheker, specialist werkzaam? Dan is deze cursus geschikt voor u. Daarnaast is deze cursus ook interessant voor zorgverzekeraars, assistenten, ouderen zorg, GGD medewerkers en beleidsmedewerkers.

Resultaat

Na dit seminar beschikt u over verdiepend inzicht in voedings(gedrags)wetenschap en weet u hoe leefstijl interventies succesvoller kunnen zijn. Deze kennis gebruikt u bijvoorbeeld in uw advies naar cliënten of bij het vormgeven van beleid.

Praktische informatie

De cursuskosten bedragen **€ 275,-** per persoon, inclusief lunch, koffie/thee/frisdrank en afsluitende netwerkborrel.

**Inschrijven**

De inschrijftermijn loopt tot en met 1 september 2019.

Ongeveer drie weken voor aanvang ontvangen deelnemers een definitieve bevestiging met informatie over de locatie, betalingswijze, het programma en deelnemerslijst.

Inschrijven kan op [www.wur.nl/academy](http://www.wur.nl/academy).

**Locatie**

De cursus vindt plaats op de campus van Wageningen University & Research in Wageningen

Onze aanpak

De cursusleider, Prof. dr. Emely de Vet is hoogleraar Gezondheidscommunicatie en gedragsverandering. Zij onderzoekt waarom mensen (on)gezond gedrag vertonen en hoe interventies daarop afgestemd kunnen worden. Emely past perspectieven uit de sociale, consumenten- en gezondheidspsychologie toe in gezondheidscommunicatie en public health interventies. Emely is een veelgevraagd spreker op het terrein van gedragsverandering m.b.t. voeding.

De onderwerpen van het seminar worden door verschillende specialisten ingeleid, waarbij ruime gelegenheid zal zijn voor interactie en praktijk.

Zie voor programma met tijden op de volgende pagina.

**Seminar Leefstijlverandering in preventie en zorg**

* 8.30 uur inloop met koffie en thee
* 9.00 uur welkom en korte voorstelronde
* **9.15 uur Gedragswetenschap: waarom is gezond eten zo moeilijk?**

Waarom is gedrag veranderen zo lastig? Wat kun je wel doen? Over de gedragswetenschap achter leefstijlverandering.

*Prof. dr. Emely de Vet, Wageningen University & Research*

* 10.00 uur pauze
* **10.15 uur Wat is gezonde voeding?**

Wat is gezonde voeding volgens de voedingswetenschap? Hoeveel ziekte kunnen we voorkomen als we gezond eten? Hoe belangrijk is voeding voor de patiënt?

*Prof. dr. Ellen Kampman, Wageningen University & Research*

* **11.00 uur De rol van de zorgverzekeraar bij het stimuleren van een gezonde leefstijl**

Wat is de visie van de zorgverzekeraar op de waarde van een gezonde leefstijl? Welke rol kunnen leefstijlgeneeskunde en vergoede zorg spelen om gezondheid te bevorderen en waar zijn interventies buiten de zorg gevraagd om te helpen vitaliteit te versterken? Hoe kan een gezonde leefstijl de zorg overnemen in plaats van andersom?

*Jeroen Kemperman, Senior manager strategie en business development, Zilveren Kruis*

* **11.45 uur vragen en discussie m.b.t. ochtendprogramma**
* **12.15 uur lunch**
* **13.15 uur** **Leefstijlinterventie in de dokterspraktijk**

Hoe om te gaan met obesitas en diabetes type 2 bij kinderen? Hoe maak je obesitas bespreekbaar in de spreekkamer? Hoe motiveer je blijvend naar gezonder (voedingsgedrag). Welke samenwerkingen zijn belangrijk voor een arts?

*Arts, Petra van Setten, Kinderarts, Rijnstate Ziekenhuis Arnhem*

* **14.00 uur** **Gezondheidsbeleid: behandeling én preventie**

Hoe kan voeding in de zorg een optimale rol spelen bij het verbeteren van onze gezondheid? Hoe vertaalt zich dit naar het nieuwe Preventieakkoord? Wat wensen patiënten en welke tools kunnen het gesprek over gezonde voeding ondersteunen? Welke samenwerkingen zijn nodig om mensen beter te helpen hun gezondheidsgedrag blijvend aan te passen?

*Menrike Menkveld-Beukers Msc., Manager Alliantie Voeding in de Zorg*

* **14.45 uur pauze**
* **15.00 uur** **Leefstijlinterventies die werken: SLIMMERe aanpak, blijvende resultaten**

Het gecombineerde leefstijlprogramma SLIMMER is ontwikkeld samen met Wageningen University & Research en behoort tot één van de toegelaten interventies die vergoed worden in de basisverzekering. Wat is daaraan vooraf gegaan en wat is de huidige stand van zaken?

*Dr. Annemien Haveman, Wageningen University & Research*

* **15.45 uur** **Strategieën om nieuw voedingsgedrag blijvend te stimuleren**

Welke strategieën zijn er om voedingsgedrag positief te veranderen en hoe zorgen we dat veranderingen worden omgezet naar nieuwe gezonde gewoonten?

*Prof. Dr. Emely de Vet, Wageningen University & Research*

* **16.45-17.15 uur Samenvatting, vragen en feedbackronde**
* **17.15 uur Start netwerkborrel**