



18 NOVEMBER 2019 - DE WERELT IN LUNTEREN

Congresparade[®]

WelZijn, activeren en bewegen in de dagelijkse zorg *

- * VOOR DE OUDERENZORG EN VGZ
- * KUNST VAN HET ACTIVEREN
- * INVLOED VAN OMGEVINGSPRIKKELS
- * BELEVINGSPARADE: ERVAAR HET ZELF!

**Kom
samen!**

Ontvang
€40,-
korting



INSCHRIJVEN: WWW.STUDIEARENA.NL

Studie*Arena

WelZijn in de zorg

Bewegen en een actieve leefstijl dragen bij aan kwaliteit van leven!

Bewegen en een actieve leefstijl dragen bij aan kwaliteit van leven! Dit geldt ook voor verpleeghuisbewoners en mensen met een (meervoudige) verstandelijke beperking. Het draagt bij aan de vitaliteit, weerbaarheid, sociale interactie en het leefplezier van de bewoners.

Bovendien zorgt meer bewegen ervoor dat zij langer zelfredzaam blijven en minder snel afhankelijk worden van intensieve hulp. Jij als zorgprofessional hebt hierbij een belangrijke functie. Zowel in de directe ondersteuning van de bewoners, als het coachen van je collega's hoe zij hier in de dagelijkse zorg handen en voeten aan kunnen geven.

Maak het verschil voor jouw bewoners.

Het maken van de vertaalslag van weten naar doen blijkt niet altijd eenvoudig. Enthousiasme om meer te bewegen en bewoners te activeren is er in veel gevallen wel. De kunst is om het praktisch te maken en vol te houden. Hoe kan je, in de hectiek van de dag, het beste aansluiten bij de mogelijkheden van jouw bewoners en hen verleiden tot een meer actieve leefstijl? Welke interventies kan je inzetten? En in het bijzonder wat vraagt dit alles van jou als zorgprofessional?

Deze vragen staan centraal tijdens de **Congresparade Welzijn, activeren en bewegen in de dagelijkse zorg** op **18 november 2019** in **De Werelt** in **Lunteren**.

Kracht van de beleving, ga het gewoon doen!

Naast een inspirerend programma vol met kennis- en ervaringssessies kan je het Belevingsplein bezoeken, waar je kennis maakt met diverse interventies. Beleef, ervaar en oefen hoe jij als zorgprofessional het verschil kunt maken voor jouw cliënten!



PROGRAMMA

09:00 UUR

Ontvangst & registratie

09:30 UUR

START PLENAIRE PROGRAMMA

Meer bewegen en activeren - wat vraagt het van jou?

Bewegen en een actieve leefstijl dragen bij aan kwaliteit van leven! Maar van weten naar doen is nog een hele stap. Wat vraagt dit nu van jou als zorgprofessional? Je kunt deze Congresparade je rugzak vullen met vaardigheden en methodieken. Welke aanpak past bij jou en hoe kun je het beste aansluiten bij de wensen en mogelijkheden van jouw cliënten? Ervaar hoe jij het verschil kunt maken!

Jeroen Meeder, directeur StudieArena



09:45 UUR

Contact maken en kunst van het verleiden

Als zorgprofessional is het soms moeilijk contact te maken en hen weer te verleiden tot activiteiten. Joke laat zien hoe je bij mensen met dementie en/of een verstandelijke beperking kunt aansluiten en hen kunt activeren.

Joke Bos, programmacoördinator Amsterdams Ontmoetingscentrum de Pijp Combiwel



10:10 UUR

Invloed van omgevingsprikkelers

Hoe kan je inspelen op de prikkelverwerking van jouw cliënten, zodat zij meer actief zijn en zich prettiger voelen? Robert de Hoog laat je anders te kijken naar de invloed van de omgeving op jouw cliënten.

Robert de Hoog, specialist Sensorische informatieverwerking, Prikkelcoach en CCE consulent



10:35 UUR

Dans en kunst van het bewegen

Andrew Greenwood, internationaal balletmeester, introduceert een dans methodiek waarbij mensen met een gevorderde dementie en/of een verstandelijke beperking lichamelijk, geestelijk en sociaal in hun kracht staan.

Andrew Greenwood, internationaal balletmeester en initiatiefnemer Switch2Move



Belevingsplein *

Vanaf

10:50 UUR

Tussen de sessies door kun je een bezoek brengen aan het Belevingsplein. Hier maak je kennis met diverse interventies. Je beleeft en ervaart wat deze voor je cliënt kunnen betekenen en hoe jij hen kunt activeren en verleiden tot meer bewegen.

11:20 UUR

Sessieronde 1 * Maak per ronde een keuze uit 8 verschillende sessies

12:30 UUR

Belevingsplein en lunch

13:30 UUR

Sessieronde 2 * Maak per ronde een keuze uit 8 verschillende sessies

14:20 UUR

Belevingsplein en koffie/theepauze

15:00 UUR

Sessieronde 3 * Maak per ronde een keuze uit 8 verschillende sessies

16:15 UUR

Einde programma & netwerkborel

Congresparade*

Studie*Arena

	Bezoek belevingsplein				Bezoek belevingsplein en lunch								Bezoek belevingsplein en theebuffet				Borrel																					
	10:50	11:00	11:10	11:20	11:30	11:40	11:50	12:00	12:10	12:20	12:30	12:40	12:50	13:00	13:10	13:20	13:30	13:40	13:50	14:00	14:10	14:20	14:30	14:40	14:50	15:00	15:10	15:20	15:30	15:40	15:50	16:00	16:10	16:20	16:30	16:40	16:50	17:00
					Sessieronde 1								Sessieronde 2				Sessieronde 3																					
Sessie 1.1/2.1					Dans en kunst van het bewegen								Dans en kunst van het bewegen																									
Sessie 1.2/2.2					Activeren en de inzet van muziek								Activeren en de inzet van muziek																									
Sessie 1.3/2.3					Activeren met omgevingsprikkelers								Activeren met omgevingsprikkelers																									
Sessie 1.4/2.4					Doe de Leefstijlscan								Doe de Leefstijlscan																									
Sessie 1.5/3.1					Aandacht voor valpreventie en balans												Aandacht voor valpreventie en balans																					
Sessie 1.6/3.2					Beweegexperts als coach voor de werkvloer												Beweegexperts als coach voor de werkvloer																					
Sessie 1.7/3.3					Activeren en de kunst van het verleiden												Activeren en de kunst van het verleiden																					
Sessie 1.8/3.4					Bewegingsbeleving bij EMB												Bewegingsbeleving bij EMB																					
Sessie 2.5													Bewegen op de afdeling																									
Sessie 3.5																	Betrekken familie, vrijwilligers bij bewegen en activeren																					
Sessie 2.6/3.6													PMT: weerbaarheid en eigen kracht door bewegen				PMT: weerbaarheid en eigen kracht door bewegen																					
Sessie 2.7/3.7													Bewegen op muziek				Bewegen op muziek																					
Sessie 2.8/3.8													Een beweegprogramma starten, start bij jezelf!				Een beweegprogramma starten, start bij jezelf!																					
Belevingsplein	Shantala				Shantala								Shantala																									
	Haptonomisch begeleiden				Haptonomisch begeleiden								Haptonomisch begeleiden																									
	Activeren d.m.v. geuren				Activeren d.m.v. geuren								Activeren d.m.v. geuren																									
	Activerende handmassages				Activerende handmassages								Activerende handmassages																									
	Bewegen aan tafel				Bewegen aan tafel								Bewegen aan tafel																									
	CRDL - Contact door aanraking				CRDL - Contact door aanraking								CRDL - Contact door aanraking				CRDL - Contact door aanraking																					
	Qwiek				Qwiek								Qwiek				Qwiek																					
	Barry Emons - Snoezelmateriaal				Barry Emons - Snoezelmateriaal								Barry Emons - Snoezelmateriaal				Barry Emons - Snoezelmateriaal																					
	INMUDance				INMUDance								INMUDance				INMUDance																					

Kom samen! Ontvang € 40,- euro korting p.p.

Voor aanmelding of meer informatie: WWW.STUDIEARENA.NL



Belevingsplein

Op het Belevingsplein ervaar je de impact van een Shantala massage en maak je kennis met Haptonomisch begeleiden. Je leert hoe je de momenten aan tafel kunt benutten voor leuke beweegactiviteiten en ook ontdek je hoe je contact kunt maken d.m.v. een handmassage en de inzet van geuren.



Op het Belevingsplein kan je ook kennismaken met vele hulpmiddelen. Je ervaart wat deze voor je cliënt kunnen betekenen en hoe jij hen kunt activeren en verleiden tot meer bewegen.

Shantala

Cliënten met onvoorspelbaar gedrag kunnen bedreigend overkomen. Hoe begeleiders daar mee omgaan is van invloed op het dagelijkse leven van de cliënt. Shantala Speciale Zorg is een aanrakings- en bejegeningmethode die gedrag op een positieve manier kan beïnvloeden. Ervaar zelf hoe een respectvolle aanraking lichamelijke spanningen kan verminderen.

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Bewegen aan tafel

Bewegen kan altijd, ook als de bewegingsmogelijkheden beperkt zijn, zoals bij mensen met een meervoudige beperking of dementie. Tijdens deze doe-sessie op het Belevingsplein leer je hoe je rondom de tafel en met behulp van de tafel veel vaardigheden en bewegingsspelen kan uitvoeren.

Joke Winkler, fysiotherapeut Bewegen voor Ouderen

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

INMUDance

Maak o.a. kennis met de ImnuDANCE en voel hoe je vrolijk en gemotiveerd wordt om te bewegen. In combinatie met aangename vibraties, zorgt dit instrument ervoor dat er meerdere zintuigen tegelijk gestimuleerd worden.

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Haptonomisch begeleiden

Als spreken lastig wordt, is de taal van het lichaam des te belangrijker. Je kunt veel bereiken met de manier hoe je je bewoner aanraakt en met hem mee beweegt. Het kan een middel zijn je bewoner te verleiden tot activiteit en om weerstand te voorkomen Ervaar zelf wat je kan bereiken door de juiste aanraking.

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

CRDL - Contact door aanraking

Ook nieuwsgierig naar wat de CRDL (Cradle) is? Dit interactieve zorginstrument vertaalt aanraking tussen mensen in geluid. Het activeert de tastzin en maakt nieuw contact mogelijk voor mensen, die moeite hebben met communicatie en sociale interactie. Ervaar het zelf op het Belevingsplein!

Ger Schuivens, directeur CRDLT

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Activeren d.m.v. geuren

Geuren beïnvloeden mensen. In de zorg wordt gebruik gemaakt van etherische olie bij onrust, angst, slapeloosheid, misselijkheid en benauwdheid. Maar bepaalde geuren kunnen ook een activerende werking hebben op cliënten. Verken de basisprincipes en ervaar wat geuren met jou doen!

Catherine Jansen, docent en adviseur complementaire zorg V&VN

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Qwiek

Projectie met rustgevende beelden op de muur of het plafond biedt de mogelijkheid tot het reguleren van prikkels. Bewoners krijgen zo een audiovisuele beleving, waardoor ze meegenomen worden in hun persoonlijke belevingswereld. Hierdoor neemt complex gedrag af en ontspannen mensen meer. Kom even liggen en maak kennis met de Qiek.up!

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Activerende handmassage

Handmassages zijn vaak effectief en ontroerend tegelijk. Onrustig en apathisch gedrag vermindert. Mensen die nauwelijks nog reageren krijgen een lach op hun gezicht. Ook de familie kan het leren om zo in contact te komen met hun naasten. Ervaar en leer de kneepjes van de handmassage.

Dirkje van Duivendijk en Dorres van den Berg, vrijwilligers Van Praag Instituut

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Barry Emons - Snoezelmateriaal

Snoezelen biedt een ingang om met behulp van zintuiglijke prikkels contact te maken met de belevingswereld van jouw bewoners. Dit heeft een positief effect op zowel zijn/haar stemming als het gedrag. Zelf snoezelen ervaren? Maak kennis met 'Hydro' de badkamer snoezelkar, neem plaats aan de Belevingstafel of speel met de interactieve kat 'Ginger'.

* PROGRAMMA ZIE SCHEMA

Sessieronde 1, 2 & 3

Maak per ronde een keuze uit onderstaande sessies.

Dans en kunst van het bewegen

Als we muziek horen, dan gaan we vaak als vanzelf meebewegen. Voor kwetsbare mensen kan muziek een extra stimulans zijn tot bewegen. Welke muziek en oefeningen kan je hiervoor gebruiken? Andrew neemt je tijdens deze doe-sessie op energieke wijze mee in het waarom en hoe je je bewoners tot dansen kunt verleiden.

Andrew Greenwood, internationaal balletmeester en initiatiefnemer Switch2Move

* **SESSIE 1.1/2.1 - 50 MINUTEN**

Activeren en de inzet van muziek

Muziek ontwapent, verbindt, troost, roept herinneringen op en zet mensen in beweging. Muziek is ook een 'krachtig' instrument om contact te maken met mensen met dementie en om hen te activeren in de dagelijkse zorg. Manon neemt je mee in de wonderde wereld van de (persoonlijke) muziek.

Manon Bruinsma, muziektherapeut Muzis en voorzitter Music & Memory Nederland

* **SESSIE 1.2/2.2 - 50 MINUTEN**

Activeren met omgevingsprikkelers

Prikkelers beïnvloeden het gedrag van je cliënten. Prikkelers komen voort uit je eigen lijf of uit de directe omgeving. Licht kan activeren, looproutes geven prikkels, materialen kunnen zorgen voor mooie interacties. Ook jij als zorgmedewerker kan met je prikkelaanbod van onschatbare waarde zijn. Iedere beweging, hoe klein dan ook, zorgt voor optimalisering van de alertheid van ons brein. Reden om hier uitgebreid bij stil te staan. Of nog beter: mee aan de slag te gaan!

Robert de Hoog, specialist Sensorische Informatieverwerking, Prikkelcoach

* **SESSIE 1.3/2.3 - 50 MINUTEN**

Eten en drinken als een waardevolle activiteit

Geurig en lekker eten brengt een mens in beweging, mentaal en fysiek. Stel je maar eens voor dat de geur van vers gebakken appeltjes voorbij komt; het water loopt je in de mond, je slikt en krijgt trek. Culinair coach Lisette Bossert onderzoekt samen met jullie de talrijke mogelijkheden die eten en drinken biedt, waarmee je je cliënten meerdere keren per dag kunt activeren.

Lisette Bossert - culinair coach en chef-kok Bossert Kookwerken

* **SESSIE 1.4/2.4 - 50 MINUTEN**

Aandacht voor balans en valpreventie

Olga Commandeur hanteert het motto: meer bewegen met kwetsbare mensen begint met aandacht voor de houding waarin zij zitten of staan. Een goede houding draagt ook bij aan een betere balans en verlagen van het risico om te vallen. Ervaar zelf wat een goede beweeghouding is en hoe dat kan bijdragen om valpartijen te voorkomen.

Olga Commandeur, oud olympisch sportster en vitaliteitscoach voor meer bewegen door en voor senioren

* **SESSIE 1.5/3.1 - 50 MINUTEN**

Bewegexpert als coach voor de werkvloer

De rol van bewegingsexperts binnen zorginstellingen verandert. Van bewegingsagogen en fysiotherapeuten wordt steeds meer een coachende en ondersteunende rol gevraagd. Het is de kunst verzorgenden te coachen en begeleiden om bewegen te integreren in de dagelijkse zorg voor hun bewoners. Wat vraagt het van jou om een goede coach te zijn? Leer te schakelen tussen jouw rol als inhoudelijk expert en ondersteunend coach.

Irma van der Vegt, zorgconsulent en coach Zorgadviesbureau van der Vegt

* **SESSIE 1.6/3.2 - 50 MINUTEN**

Activeren en de kunst van het verleiden

Lusteloos, onverschillig of een totaal gebrek aan motivatie of enthousiasme: het is herkenbaar gedrag voor mensen met een gevorderde dementie. Als zorgprofessional is het soms moeilijk contact te maken en hen weer te verleiden tot activiteiten. Joke Bos neemt je op energieke wijze mee in de kunst van het activeren.

Joke Bos, programmacoördinator Amsterdams Ontmoetingscentrum de Pijp Combiwel

* **SESSIE 1.7/3.3 - 50 MINUTEN**

Bewegingsbeleving bij EMB

Bewegen of bewogen worden? Bij mensen met ernstig meervoudige beperking (EMB) is bewegen niet vanzelfsprekend. Toch blijkt dat bij een bewegingsbeleving gedragsproblemen verminderen en de alertheid, betrokkenheid en het welbevinden toenemen. Op een verrassende manier leer en ervaar je welke beweegvormen er zijn en hoe je deze kunt gebruiken op de werkvloer.

Rianke Nieuwenhuis en Marianne Pot, bewegingsagogen 's Heeren Loo

* **SESSIE 1.8/3.4 - 50 MINUTEN**

Bewegen op de afdeling

Bewegen en activeren op de afdeling en in de woonkamer is iets dat je gedurende de hele dag kan doen. Het is daarna niet alleen belangrijk de bewoners te motiveren, maar vooral om een hoop lol met hen te maken. In deze sessie is er aandacht voor hoe je dit vorm kunt geven. Hoe kan je bijvoorbeeld met behulp van attributen je woonkamer ombouwen tot 'gymzaal'? Azmi Alubeid neemt je op energieke manier mee en geeft je daarbij praktische handvatten.

Azmi Alubeid, bewegingsagoog welzijnsteam Verpleeghuis Oudshoorn Alrijne Zorggroep

* **SESSIE 2.5 - 50 MINUTEN**

Betrekken familie, vrijwilligers bij bewegen en activeren

Hoe kan je de familie en mantelzorgers betrekken bij het meer activeren en bewegen van je bewoners? Vaak weten bezoekers niet goed wat te doen met hun dierbaren. Hoe mooi is het als er een win-win situatie ontstaat, waarbij de bewoner geactiveerd wordt én er voor de mantelzorgers een waardevol contactmoment ontstaat. Ga op zoek naar mogelijkheden binnen jouw werk, gebruikmakend van de middelen die er al zijn of die eenvoudig te organiseren zijn.

Azmi Alubeid, bewegingsagoog welzijnsteam Verpleeghuis Oudshoorn Alrijne Zorggroep

* **SESSIE 3.5 - 50 MINUTEN**

PMT: weerbaarheid en eigen kracht door bewegen

Mensen met een verstandelijke beperking hebben soms moeite met het stellen van grenzen en leren omgaan met gevoelens. Hoe kan je bewegen inzetten om je bewoner te helpen meer weerbaar te zijn? Psychomotorische Therapie (PMT) kan een belangrijke rol spelen bij het ervaren van eigen kracht. Tijdens deze ervarings sessie krijg je handvatten hoe je elementen van PMT in de dagelijkse zorg kunt toepassen.

Anneke van der Kamp, psychomotorisch therapeut en bewegcoach Attent

* **SESSIE 2.6/3.6 - 50 MINUTEN**

Bewegen op muziek

Muziek kan een goed middel zijn om kwetsbare ouderen in beweging te krijgen. Het is daarbij belangrijk goed af te stemmen en te kijken naar de fysieke mogelijkheden van je bewoners. Maak je eigen beweeg activiteit, gebruikmakend van muziek en materialen zoals pilatesballen. Ervaar het zelf!

Liesbeth van Eijden, activiteitenbegeleidster Zorggroep Elde en docente dans, yoga en pilates

* **SESSIE 2.7/3.7 - 50 MINUTEN**

Een bewegingsprogramma starten, start bij jezelf!

Bewegen is gezond voor zowel lichaam als geest, dat weten we allemaal. Maar hoe zorg je dat de mensen om je heen in beweging komen? Begin bij jezelf! Want zien bewegen doet bewegen! In deze sessie gaan we kijken naar wat bewegen en de Nederlandse Norm Gezond Bewegen precies inhoudt, of we zelf aan deze norm voldoen en hoe makkelijk het kan zijn om bewegen een vast onderdeel te laten worden van jouw dagelijkse routine. En je zal zien: goed voorbeeld doet goed volgen!

Iris van Breemen-Fischer, fysiotherapeut Zorgcentrum de Koperhorst

* **SESSIE 2.8/3.8 - 50 MINUTEN**

ALGEMENE INFORMATIE

INFORMATIE

Datum: maandag 18 november 2019
Locatie: De Werelt in Lunteren
Deelnamekosten: € 295,- / € 255,- *
De deelnamekosten zijn inclusief (digitaal) naslagwerk, lunch, koffie/thee, netwerkbordel en excl. 21% BTW.

* Kom samen, meld je collega(s) gelijktijdig aan en ontvang € 40,- korting op het totale factuurbedrag!

VOOR WIE

Tijdens de Congresparade kan je collega's ontmoeten uit alle disciplines, van verzorgenden tot fysiotherapeuten en van activiteitenbegeleiders tot orthopedagogen.

De Congresparade is bedoeld voor:

- * Verpleegkundigen, verzorgenden en (woon)begeleiders
- * Casemanagers
- * Verpleegkundig specialisten
- * Afdelingshoofden, teamleiders, locatiemanagers en zorgcoördinatoren
- * Ergotherapeuten, beweeg-/fysiotherapeuten, PMT-ers en andere paramedici
- * Dans- en muziektherapeuten
- * Activiteitenbegeleiders en medewerkers dagbehandeling
- * Maatschappelijk werkers engeestelijk verzorgers
- * Orthopedagogen en gedragsdeskundigen
- * GZ-psychologen en psychogerontologen
- * (Beginnend) specialisten ouderengeneeskunde
- * Docenten en opleidingscoördinatoren

Ook is het programma interessant voor medewerkers van onderwijsinstellingen, universiteiten en kennisinstututen, branche-organisaties en vertegenwoordigers van cliënten- en patiëntenorganisaties.

TWITTER

@studiearena - #studiearena

Twitter over en tijdens de Congresparade door gebruik te maken van #studiearena. Deel je persoonlijke mening, tips en ervaringen als het gaat om 'WelZijn, activeren en bewegen in de dagelijkse zorg'.



Praat mee over dit thema op Twitter en Facebook: #studiearena

ACCREDITATIE

Accreditatie is aangevraagd bij:

- * Kwaliteitsregister verpleegkundigen en verzorgenden
- * KNGF (Koninklijk Nederlands Genootschap Fysiotherapie)
- * SRVB (Stichting Register Vaktherapeutische Beroepen)
- * Registerplein
 - Cliëntondersteuners en aandachtsfunctionarissen
 - Maatschappelijk Werk
 - Sociaal Agogen
- * SKGV (Stichting Kwaliteitsregister Geestelijk Verzorgers)
- * ADAP - Kwaliteitsregister Paramedici (ergotherapeuten)

Staat jouw vereniging er niet bij en zou je toch graag accreditatie ontvangen? Neem dan contact op met StudieArena.

INSCHRIJVEN

Aanmelden kan via: www.studiearena.nl.

Na inschrijving ontvang je per e-mail een bevestiging van de aanmelding, inclusief programma, factuur en routebeschrijving.

ANNULERINGSVOORWAARDEN

Deelname kan je tot 4 weken voor de congresparade schriftelijk annuleren bij StudieArena. Wij berekenen dan € 45,- (excl. BTW) administratiekosten. Na deze datum is het volledige bedrag verschuldigd. Een collega kan je uiteraard zonder bijkomende kosten vervangen.

AGENDA

- * **23 sept 2019** Studiedag - Persoonsgerichte zorg voor oudere migranten
- * **30 sept 2019** Congresparade - WelZijn in de laatste levensfase
- * **4 nov 2019** Landelijk Congres - Dementie achter de voordeur
- * **12 nov 2019** Studiedag - Omgaan met complex gedrag in het verpleeghuis
- * **27 jan 2020** Studiedag - Geregeld ontregeld in de VGZ

INSCHRIJVEN: WWW.STUDIEARENA.NL

Studie* Arena
WelZijn in de zorg

CONTACT

StudieArena
Postbus 3289, 3760 DG Soest

Tel. 035 - 539 4005
info@studiearena.nl