Scholingsprogramma 11 november 2019
Onderwerp: Slapen
Locatie: Lockhorst Sliedrecht

Doelgroep: jeugdverpleegkundigen 0-18 jaar en jeugdartsen 0-18 jaar
Regio: Zuid-Holland zuid
Sprekers: Tilly de Jong en Francis Lanen

8.30- 8.45 uur: Inloop

8.45- 8.50 uur: Activatie van voorkennis in een interactieve setting

8.50- 9.35 uur: Thema slaap in een breed maatschappelijk kader. Er komt steeds meer aandacht voor slaap, o.a bij jongeren.

Aan bod komen o.a.: JOGG gaat het thema voor dit schooljaar inzetten, Charge Your Brainzzz een door het RIVM erkende (onderwijs)interventie voor 12 -15 jarigen, GGDZHZ zet in op het thema slaap bij 0-12 jarigen. Nieuw platform over slaap (januari 2020) van de Hersenstichting. Onderzoek naar slaap (2019) van Hersenstichting. Dit alles zal leiden tot meer vragen aan artsen en verpleegkundigen vanuit ouders en jongeren.

9.35- 9.45 uur: Oefening 1 uit de slaapoefentherapie om zelf te ervaren wat oefeningen kunnen doen.

9.45- 10.15 uur: Nieuwe inzichten mbt tot slaap. We bespreken o.a. (lopende) onderzoeken. NCJ-richtlijnen.

10.15- 10.30 uur: Pauze

10.30- 11.15 uur: Wanneer is slaapgedrag afwijkend? Wanneer moet je verwijzen en wat zijn daarvoor de criteria. NCJ-richtlijnen. 0-4 en 4-18 jarigen

11.15- 11.20 uur: Oefening 2 uit de slaapoefentherapie om zelf te ervaren wat oefeningen kunnen doen.

11.20- 12.00 uur: Praktische tips volgens de NCJ-richtlijnen. 0-4 en 4-18 jarigen

Vragen kunnen tussendoor gesteld worden. Aan het einde krijgen de deelnemers een evaluatieformulier.

Scholingsprogramma 19 november 2019
Onderwerp: Slapen
Locatie: Pauluskerk Dordrecht
Doelgroep: jeugdverpleegkundigen 0-18 jaar en jeugdartsen 0-18 jaar

Regio: Zuid-Holland zuid

13.30- 13.45 uur: Inloop

13.45- 13.50 uur: Activatie van voorkennis in een interactieve setting

13.50- 14.35 uur: Thema slaap in een breed maatschappelijk kader. Er komt steeds meer aandacht voor slaap, o.a bij jongeren.

Aan bod komen o.a.: JOGG gaat het thema voor dit schooljaar inzetten, Charge Your Brainzzz een door het RIVM erkende (onderwijs)interventie voor 12 -15 jarigen, GGDZHZ zet in op het thema slaap bij 0-12 jarigen. Nieuw platform over slaap (januari 2020) van de Hersenstichting. Onderzoek naar slaap (2019) van Hersenstichting. Dit alles zal leiden tot meer vragen aan artsen en verpleegkundigen vanuit ouders en jongeren.

14.35- 14.45 uur: Oefening 1 uit de slaapoefentherapie om zelf te ervaren wat oefeningen kunnen doen.

14.45- 15.15 uur: Nieuwe inzichten mbt tot slaap. We bespreken o.a. (lopende) onderzoeken. NCJ-richtlijnen.

15.15- 15.30 uur: Pauze

15.30- 16.15 uur: Wanneer is slaapgedrag afwijkend? Wanneer moet je verwijzen en wat zijn daarvoor de criteria. NCJ-richtlijnen. 0-4 en 4-18 jarigen

16.15- 16.20 uur: Oefening 2 uit de slaapoefentherapie om zelf te ervaren wat oefeningen kunnen doen.

16.20- 17.00 uur: Praktische tips volgens de NCJ-richtlijnen. 0-4 en 4-18 jarigen

Vragen kunnen tussendoor gesteld worden. Aan het einde krijgen de deelnemers een evaluatieformulier.