**Programma Voeding Nu Jaarcongres 26 november 2019**

09:00 - 09:30 **Ontvangst** en gelegenheid de informatiemarkt te bezoeken

09:30 - 09:40 **Opening door dagvoorzitter**  
**Hans Kraak, hoofdredacteur Voeding Nu**

09:40 - 10:20 **Plenaire lezing: De toekomst van het voedingsadvies**  
**Professor Gerjan Navis, Rijks Universiteit Groningen**Hoe werken de diëtist en de (huis)arts of specialist in de toekomst samen? Wie doet wat op voedingsgebied en hoe goed is de samenwerking nu eigenlijk? Moet alles evidence based zijn of speelt medische ervaringskennis ook een belangrijke rol? Hoe komen diëtisten en artsen beter tot elkaar? En hoe krijg je bekendheid en voldoende cliënten?

10:20 - 10:30 **Aanvang parallelsessies, zalenwissel**

10:30 - 11:15 PARALLELSESSIE 1A | KOOLHYDRATEN  
**Meer of minder koolhydraten?**  
Minder koolhydraten in de voeding zijn hip, maar is een vermindering altijd gezond? Wanneer zet je een koolhydraatarm dieet in, bij wie en waarom? Wat zijn de verschillen in aanpak bij gezonde mensen, diabetici en kinderen met overgewicht? En welk type koolhydraten of producten kies ik voor? En zijn producten met koolhydraten, zoals brood, nu echt zo gevaarlijk als wel eens wordt gesuggereerd?  
  
**Prof. Ellen Blaak, vakhoogleraar Humane Voeding, Maastricht University**  
**Theorie en onderzoek**   
Wat is de kwaliteit van verschillende typen koolhydraten? Van eenvoudige suikers tot complexe structuren. Hoewel het vaak gedaan wordt, kun je de koolhydraten niet over een kam scheren. Wat zijn hun kenmerken, wat doen ze in het lichaam en wat zijn de voor- en nadelen?  En wat zijn de veilige grenzen voor volwassenen, kinderen en diabeten, bijvoorbeeld als het gaat om het binnenkrijgen van voldoende vitaminen en mineralen?   
  
**10 minuten discussie over voor- en tegenstanders met voorgaande sprekers en zaal**  
  
PARALLELSESSIE 2A | PERSONALIZED NUTRITION  
**Genotype, fenotype of omgeving?**  
De wetenschap maakt een individuele benadering van voeding steeds toegankelijker. Met zelftests kunnen consumenten aan de slag om hun gezondheid te meten om deze te verbeteren. Maar in hoeverre zijn deze tests al betrouwbaar inzetbaar en wat kan de zorgprofessional ermee? Vanuit drie perspectieven wordt op personalized nutrition ingegaan, vanuit de genen, het fenotype en de omgeving.   
  
**Dr. Suzan Wopereis, senior scientist, TNO**  
**Theorie en onderzoek**   
Steeds meer bedrijven bieden ‘personalized nutrition’ aan. Dagelijks worden verschillende beloftes gedaan: “Gezond leven op basis van uw DNA en leefstijl.” Of: “Je DNA ligt aan de basis van wie jij bent. Kan dit allemaal worden waargemaakt? Waar staan we en wat is er waar of onwaar over deze aanpak? Een visie op personalized nutrition.   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**  
  
​​PARALLELSESSIE 3A | DE PRAKTIJK VAN DE DIETIST  
**Samenwerken in de voedingszorg**  
Gezonde voeding is een onderwerp wat het afgelopen decennium steeds sterker in de belangstelling is komen staan. Diëtisten vormen bij uitstek de beroepsgroep die hiervoor is opgeleid om hierbij een maatschappelijke rol te vervullen, zowel in de individuele praktijk (1e lijn), de klinische praktijk (2e lijn), het bedrijfsleven of in maatschappelijke instellingen. Vanuit verschillende perspectieven wordt ingegaan op de rol van de diëtist in de zorgsector en het bedrijfsleven.   
  
**Drs. Jacui van Kemenade, voedingshuisarts in Breda, o.a. Huisartsen Zorggroep Breda en Back in motion centrum**  
**Theorie en onderzoek**   
De rol van voeding in de huisartsenpraktijk. Jacui van Kemenade is 16 jaar huisarts en specialiseerde zichzelf in voeding en leefstijl en is sinds kort ook Kaderhuisarts Diabetes. Ze is van mening dat voeding geneest. Hoe voert zij praktijk en hoe kijk zij aan tegen de rol van voeding in relatie tot haar praktijk van huisarts? Hoe ziet zij de samenwerking met andere disciplines, zoals diëtisten?    
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**

11:15 - 11:45 **PAUZE** en gelegenheid de informatiemarkt te bezoeken

11:45 - 12:30 PARALLELSESSIE 1B | KOOLHYDRATEN  
**Theorie en onderzoek**   
**Dr. Peter Weegels, onderzoeker Wageningen Universiteit, directeur European Bakery Innovation Centre and R&D**  
Hoe belangrijk is de kwantiteit en kwaliteit van koolhydraten in onze gezondheid en in het voorkomen van overgewicht en diabetes? En wat is de rol van voedingsvezel? Moet het advies voor iedereen hetzelfde zijn? Welk onderzoek wordt ernaar gedaan? Kortom: kunnen we leefstijl interventie effectiever maken?   
  
**10 minuten discussie over voor- en tegenstanders met voorgaande sprekers en zaal**  
  
PARALLELSESSIE 2B | PERSONALIZED NUTRITION  
**Theorie en onderzoek**   
**Prof. Dr. Jogchum Plat, Maastricht University**  
De kennis over het fenotype, de manier waarop een mens is gevormd, ligt voor op de genetica. Dat zegt professor Jogchum Plat van Maastricht University. Hij illustreert dat aan de hand van het cholesterolmetabolisme. Er zijn mensen die cholesterol synthetiseren en er zijn mensen die het vooral uit de darm absorberen. Deze fenotypen zijn in kaart te brengen en afhankelijk daarvan kun je ze al dan niet behandelen.   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​  
  
PARALLELSESSIE 3B | DE PRAKTIJK VAN DE DIETIST  
**Theorie en onderzoek**   
**Diëtiste Lobke Faasen, plantaardig diëtist, Janneke van der Meulen, professioneel atleet (kustroeien)**  
Het is de missie van diëtist Lobke Faasen om mensen (zorgverleners én consumenten) meer plantaardig te laten eten, én te laten zien dat plantaardige voeding preventief werkt tegen diverse gezondheidsproblemen. Ze koppelt dit graag aan duurzaamheid, omdat naar haar mening een gezonde aarde een voorwaarde is voor gezonde mensen. Hoe voert zij haar praktijk en hoe gaat ze om met de andere zorgverleners? Om te laten zien hoe haar adviezen praktisch uitpakken zal ze haar lezing samen met topatleet Janneke van der Meulen geven.   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​

12:30 - 13:30 **LUNCHPAUZE** en gelegenheid de informatiemarkt te bezoeken

13:30 - 14:45 VERVOLG PARALLELSESSIES:  
PARALLELSESSIE 1C | KOOLHYDRATEN

**INLEIDING WORKSHOP**  
**Onderzoeksleider/diëtiste Ellen Govers  
Intervisie a la carte**  
In Nederland is onderzoek onder mensen met type 2-diabetes gedaan waarin het energiebeperkte diabetesdieet vergeleken is met het 6x6-dieet® en andere koolhydraatbeperkte diëten. De resultaten van een koolhydraatbeperking bij diabetes worden geanalyseerd om te laten zien wat de werking en de effecten zijn. De onderzoekers concluderen dat bij een vermoeden van verminderde insulinegevoeligheid veel eerder dan nu moet worden ingegrepen in dieet en leefstijl.

**WORKSHOP**  
**o.l.v. diëtiste Wilma Bouwman en Alie Lourens, Dieetzorg Friesland**  
**Koolhydraatbeperking in de praktijk bij diabetes**  
Aan de hand van twee praktijkcasussen wordt met elkaar in overleg gegaan over de aanpak bij verschillende cliënten. Daarbij staat koolhydraatbeperking centraal.

De casussen worden in groepjes besproken en plenair nabesproken:   
**Koolhydraatbeperking bij preciabetici**  
Is dit verantwoord? Hoe ga je te werk? Wat is de ideale verdeling van de macronutriënten: koolhydraten, eiwitten en vetten?   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​  
  
PARALLELSESSIE 2C | PERSONALIZED NUTRITION

**WORKSHOP**  
**o.l.v. psychologe Eva Vermeulen, gedragsveranderingsadviesbureau Duwtje**  
**De omgeving te lijf**   
Als je de genen kent en/of het fenotype van mensen heb je een sleutel in handen voor de behandeling, maar hoe belangrijk is dit voor een persoonlijke aanpak van de voeding en leefstijl? Is het niet even effectief om, zoals diëtisten altijd al doen, te kijken naar de persoonlijke omstandigheden en de omgeving van mensen? Hoe kun je het individu in zijn omgeving aanpakken om hem of haar gezonder te maken?   
  
In een workshop wordt vanuit een psychologische invalshoek gekeken naar factoren uit de fysieke en sociale omgeving die van invloed zijn op gedrag. Vervolgens wordt gekeken hoe daar in de praktijk mee kan worden omgegaan, met andere woorden, hoe wordt gedragsverandering tot stand gebracht.   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​  
  
PARALLELSESSIE 3C | DE PRAKTIJK VAN DE DIETIST

**WORKSHOP**   
**o.l.v. diëtist-docent Gera van den Bergh, Haagse Hogeschool, tevens voorzitter van VoeDNet**  
**Diëtist in het bedrijfsleven**   
Als diëtist in het bedrijfsleven heb je een andere positie dan als diëtist in de klinische praktijk, eerste of tweede lijn. Wat houdt het werk van een bedrijfsdiëtiste in en wat zijn de links met de klinische praktijk? Vanuit het netwerk VoeDNet, bedoeld voor diëtisten die in het bedrijfsleven werken, wordt het perspectief van de commerciële diëtist geschetst.

Aansluitend wordt een workshop productontwikkeling gegeven. Hoe ontwikkel je een gezond product en wat komt daarbij kijken? Denk dan aan sensorisch onderzoek, marktonderzoek, claims en etikettering. In deze sessie worden de grondbeginselen van productontwikkeling uitgelegd met daarbij de rol die diëtisten / voedingskundigen hierin spelen.   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​

14:45 - 15:15 **PAUZE** en gelegenheid de informatiemarkt te bezoeken

15:15 - 16:30 VERVOLG PARALLELSESSIES:  
PARALLELSESSIE 1C | KOOLHYDRATEN

**WORKSHOP**  
**Diëtiste Wilma Bouwman en Alie Lourens, Dieetzorg Friesland**  
**Een slecht ingestelde diabeet met insuline**  
Welke adviezen geef je en waarom?   
  
**Diëtiste Wilma Bouwman en Alie Lourens, Dieetzorg Friesland**  
**Nabespreking 6x6-dieet**  
Wat is het 6x6-dieet, voor wie is het geschikt en zou het een rol in de casussen kunnen spelen? Hoe reageren cliënten op koolhydraatbeperking bij een 6x6-dieet?   
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​  
  
PARALLELSESSIE 2C | PERSONALIZED NUTRITION

**WORKSHOP**  
**psychologe Eva Vermeulen, gedragsveranderingsadviesbureau Duwtje**  
**Vervolg workshop de omgeving te lijf**  
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​  
  
PARALLELSESSIE 3C | DE PRAKTIJK VAN DE DIETIST

**WORKSHOP**  
**diëtist-docent Gera van den Bergh, Haagse Hogeschool, tevens voorzitter van VoeDNet**  
**Vervolg workshop diëtist in het bedrijfsleven**  
  
**10 minuten ruimte voor vragen en discussie met voorgaande sprekers en zaal**​​​​

16:30 - Einde