

V-POWER

Voldoende slapen, Volwaardige Voeding & Voorkomen van wiegendood

Hoe kunnen we in Nederland ouders helpen bij het opvoeden van hun kind vanaf zeer jonge leeftijd, zodat ze gezond, sterk en gelukkig opgroeien? En kunt u als professional ouders handvatten aanbieden, zodat hun kinderen later verleidingen uit de omgeving gemakkelijker kunnen weerstaan?

Tijdens deze scholing worden verschillende onderwerpen besproken die belangrijk zijn voor een gezonde ontwikkeling van een zuigeling en peuter. De belangrijkste onderwerpen van de avond zullen zijn slaap, voeding en preventie van wiegendood.

Ouders beseffen nauwelijks dat rust, regelmaat maar ook voorspelbaarheid die zij bieden vanaf de babytijd dé bouwstenen zijn voor het krijgen en behouden van een gezond gewicht van hun kind. In de opvoeding van jonge kinderen zijn naast warmte en geborgenheid, gewoontevorming, stimuluscontrole en voldoende slaap de sleutels voor een gezonde groei en ontwikkeling. De resultaten uit de BeeBOFT studie, een groot cluster gerandomiseerd onderzoek naar 0-3 jarige kinderen zullen deze avond worden gepresenteerd.

Wiegendood is afgenomen en veel ouders denken: "oh, hij kan best op de buik slapen, ik hoor er nooit meer iets over". Juist omdat we minder aandacht geven aan de preventie van wiegendood, is er een risico dat dit opnieuw gaat toenemen. De nieuwste ontwikkelingen op het gebied van wiegendood komen aan bod; bijvoorbeeld dat uit buitenlands onderzoek blijkt dat het samen slapen op een bank of sofa de kans op wiegendood met een factor 45 verhoogt. Tenslotte gaan we in op het buiten laten slapen van baby's en wat hier wetenschappelijk over bekend is.

Spreker

De scholing wordt gegeven door dr. Monique L'Hoir. Monique L'Hoir is klinisch pedagoog, GZ-psycholoog en psychotherapeut (niet praktiserend) en heeft 23 jaar in het Wilhelmina Kinderziekenhuis (UMC) te Utrecht gewerkt op de afdeling Medische Psychologie. Zij is gepromoveerd op onderzoek naar risico- en preventieve



factoren van wiegendood. Ze maakt deel uit van de Expertisegroep Wiegendood van de Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde. Begin 2000 heeft ze zeven jaar bij TNO, Child Health te Leiden gewerkt. Momenteel werkt ze bij de Wageningen Universiteit en de GGD Noord- en Oost-Gelderland.

Data en locaties

21 april: 't Venster op Waterland, Broek op Waterland
2 juni: Hoeve Rosa, Sevenum

Aanmelden en Kosten

Heeft u interesse om deel te nemen aan de scholing? Aanmelden kan via www.heromedisch.nl. De kosten voor deelname bedragen 35 euro. De scholing wordt georganiseerd voor jeugdartsen en -verpleegkundigen, ook andere geïnteresseerden zijn welkom. Accreditatie is aangevraagd bij AbSg, NVK en V&VN.

Meer informatie

Heeft u een vraag? Stuur u dan een mail aan Christel Out (cout@hero.nl).

Programma

18.30 uur	Registratie en ontvangst
19.00 uur	Welkom
19.05 uur	Nieuwste wetenschappelijke inzichten over melkvet en MFGM <i>Sophie Schutte, Nutritionist Hero Baby</i>
19.20 uur	Resultaten Bee-BOFT studie <i>Monique L'Hoir, klinisch pedagoog</i>
20.15 uur	Pauze
20.30 uur	Voldoende slaap en preventie van wiegendood <i>Monique L'Hoir, klinisch pedagoog</i>
21.30 uur	Afsluiting