Programma basiscursus Cognitieve gedragstherapie bij chronische insomnie (CGT-i)

Datum 4 juni 2020 en op 3 november 2020

09:00 – 09:30 inloop

09:30 introductie Expertisecentrum en poll (Inge Ensing)

10:00 Algemene informatie slaap en slaapstoornissen (Rixt Riemersma)

11:00 Pauze 15 min

11:15 CGT-i: algemene informatie en protocol (aangevuld met voordoen van onderdelen) (Inge Ensing)

12:30 Lunch / wandelen 60 min

13:30 Casuïstiek en vragen bespreken (Inge Ensing)

14:00 1e ronde oefenen in rollenspel met nabespreking (Inge Ensing en Rixt Riemersma)

15:00 Pauze 15 min

15:15 2e ronde oefenen met rollenspel met nabespreking (Inge Ensing en Rixt Riemersma)

16:15 Terugblik op de dag en aandachtspunten bij psychiatrische co-morbiditeit (Rixt Riemersma)

17:00 Einde