



## Uitnodiging interactief online congres vrijdag 12 maart 2021 9.00 - 17.00 uur

### ‘Onderhouden en behouden van mentale gezondheid en welzijn in veeleisende beroepen van reddingswerk en hulpverlening’

Reddingswerkers, hulpverleners, politie en security professionals zetten zich in voor orde, veiligheid, gezondheid. Het is dankbaar om van betekenis te zijn en het verschil te kunnen maken. Echter deze hoog risico beroepen zijn ook veeleisend voor hun persoon en privéleven. In deze periode van COVID doen we in hoge mate een beroep op deze professionals. Het is belangrijk te realiseren dat ze ook naast deze periode van COVID, een loopbaangeschiedenis met zich meedragen van veeleisend werk in verschillende situaties. Tijdens dit congres is aandacht voor preventie van gezondheid en welzijn tijdens een intensief beroepsleven. Dit werk congres geeft aandacht aan wetenschap en praktijk.

#### Ochtendprogramma 9.00 - 12.30 uur: Centrale lezingen

- **De impact van reddingswerk/hulpverlening op gezondheid en levenstaken. Het behouden van gezondheid en privéleven in een hoog risico beroep.**  
Door Dr. Heilwine Bakker, GZ psycholoog NIP directeur Balans & Impuls
- **Preventive colleague support (trim) and quick, focused psychological support if necessary**  
Door Prof. Dr. N. Greenberg, BM, BSc, MMedSc, FHEA, MFMLM, DOccMed, MInstLM, MEWI, MFFLM, MD, FRCPSych, Professor of Defence Mental Health, King's College London.
- **Bronnen van disbalans en energie in hoog risicoberoepen. Houvast voor veerkracht en herstel.**  
Door Prof. Dr. S. Bogaerts, Hoogleraar developmental psychopathology en forensische psychology, Universiteit Tilburg. De presentatie is gebaseerd op empirische studies dat we door de jaren heen hebben uitgevoerd bij risicoberoepen: beveiligingsambtenaren, politie en mensen werkzaam in de forensische psychiatrie.

**De doelgroep** betreft leidinggevendenden, beleidsmakers en zorgprofessionals, die de meest recente preventieve inzichten willen leren kennen en toepassen voor professionals werkzaam in reddingswerk (politie, brandweer, ambulance en militairen) en hulpverlening.

**Accreditatie** wordt aangevraagd voor bedrijfsartsen, huisartsen, psychologen, maatschappelijk werkers, arbeidsdeskundigen, fysiotherapeuten. Overige wensen voor accreditatie kunnen worden doorgegeven aan de organisatie.

Het congres heeft een **internationaal karakter**, de voertaal is Engels.

Middagprogramma op volgende pagina ►



# Uitnodiging interactief online congres

vrijdag 12 maart 2021 9.00 - 17.00 uur

## Middagprogramma 13.30 - 17.00 uur: Best Practice workshops

Deelnemers kunnen een keus maken uit twee workshops van: 13.30-15.00 uur en 15.30-17.00 uur

### ■ Leiding geven aan politie teams

Door Hans van de Haven, Inspecteur, Projectleider Recoverytraining Eenheid Rotterdam (Blauwe haven). Burn Out/ PTSS coaching. VM Officier van Dienst Politie, Chef v Dienst Noodhulp en Chef Hoek van Holland. Hij geeft jarenlang leiding aan politie teams in de Randstad. Met praktische voorbeelden geeft hij aan hoe ruimte te maken voor: Hersteltijd, waardering, eigenwaarde, collegiale steun Ook in situaties waarin dat niet lijkt te kunnen. 'Leiderschap is uit mensen halen wat er in zit maar ook hen te beschermen als dit (tijdelijk) niet mogelijk is. 'Alleen ga je hard, samen kom je verder'.

### ■ Bewustzijn van stapeling van kritische incidenten; aandacht voor zelfzorg, hersteltijd en collegiale steun

Door Anne-Marie de Jong, Ambulance Witte Kruis Voormalig politieagent, ambulance motor, vitaliteitsdeskundige.

### ■ Integreer van zelfzorg en kameraden zorg in het dagelijks werk

Door Theo Bakker, hoofd onderwijs en verpleegkundige Dutch Medical Group.

### ■ Geleerde lessen, door ervaringsdeskundigen. Wat kunnen we leren van hulpverleners die ziek zijn geworden met psychisch verzuim?

Door Dick Kleijn, leidinggevende bij de politie en ervaringsdeskundige. Hij geeft op basis van ervaring praktische suggesties hoe in een veeleisend beroep gezondheid te onderhouden. Initiatiefnemer van politieveteranen.

### ■ Risico's als gevolg van blootstelling aan stapeling van geweld

Door Alina Teplova revalidatie arts Medisch Centrum Haaglanden (Westeindeziekenhuis). De stapeling van kritische incidenten op een loopbaan, met name blootstelling aan geweld, brengt ook fysieke gevolgen met zich mee. Voorbeelden zijn; cognitieve problemen, pijnklachten, maag-darmproblemen en problemen van het bewegingsapparaat. Deze klachten zijn vaak met schaamte beladen of worden genegeerd. Een valkuil kan zijn dat klachten te veel benaderd worden vanuit psychische problematiek en de fysieke

gevolgen worden onderschat. In de workshop is aandacht voor preventie en effectieve diagnose stelling.

### ■ Battles of the intrinsic war: diagnostic aspects of PTSS, depression and suicidal behavior among veterans

Door Dr. Sharon Galor psycholoog Balans & Impuls. Preventieve aanbevelingen voor opstapellende traumatische stress die van toepassing zijn op reddingwerkers Op basis van wetenschappelijk onderzoek en klinische ervaringen zijn variabelen in deze populatiegroep gevonden. Enkele van deze variabelen worden in deze workshop besproken. Verder worden ook mogelijke risico's voor suïcidaal gedrag besproken. De enige mogelijkheid die er is om onze reddingswerkers beter van dienst te zijn, is door deze unieke diagnostische variabelen te herkennen. Daarbij kunnen we goede en effectieve preventie-instrumenten ontwikkelen, de nauwkeurigheid van de diagnose verhogen en geschikte therapeutische strategieën implementeren.

### ■ Aandacht voor levenstaken om gezondheid te onderhouden

Door Richard van Holsteijn, Trouble shooter at Balans & Impuls. Persoonlijke effectiviteit in levenstaken privé kan een beschermende werking hebben tegen de impact van het werk. Maar het kan moeilijk zijn aandacht en zorg te besteden aan de levenstaken privé. Het is een valkuil om het privéleven op te offeren voor de hoge eisen van het werk. Hoe kan je dit negatieve proces voorkomen?

### ■ Het belang van tijdig zorg op maat voor zorgprofessionals in tijden met en zonder corona

Door Geraldine Schutten, zorgmanager FocusKliniek en Kortverblijf Medisch Centrum Haaglanden. De zorgzwaarte voor zorgprofessionals is de afgelopen jaren fors toegenomen. Daarnaast werden we geconfronteerd met de gevolgen van de corona uitbraak. Veel factoren, zowel privé als in het werk zelf, kunnen maken dat zorgmedewerkers uit balans raken. Hoe ga je daarmee om als manager en welke tools heb om je medewerker in balans te houden? Het tijdig inspelen op situaties kan soms het verschil maken tussen uitvallen of op de been blijven.

**Aanmelden:** Kosten Eur 295,- (btw vrij in het kader van beroepsgerichte scholing). Bij aanmelding en betaling voor 31 september 2020 10% korting, online via [www.balans-en-impuls-online.nl](http://www.balans-en-impuls-online.nl). Bij betaling ontvangt u bevestiging en bent u zeker van uw plek. U ontvangt een maand voor het congres de inlog gegevens voor online deelname. Bij vragen kunt u ons mailen via het adres [secretariaat@balans-en-impuls.nl](mailto:secretariaat@balans-en-impuls.nl).



# Invitation interactive online congress

Friday March 12<sup>th</sup> 2021 9:00 - 17:00

## ‘Protecting mental health and wellbeing at high risk jobs, such as rescue workers, health care workers’

Rescue workers, health care workers, policeman, security officers are committed to serve and protect the peace, security and health. It is gratifying to be able to make a difference. These high risk professions can take a toll on all aspects of one’s life. Under the current COVID circumstances we ask a lot from the rescue workers. It is important to realize that besides the demands of the current COVID period, they have served a long career in a demanding job. The congress will focus on the impact of a high demanding job during their career and give insights and tools for prevention of mental health and wellbeing. This working congress pays attention to science and practice.

### Morning program 9:00 - 12:30: Key note speakers

- **The impact of rescue work on mental health and private life tasks. How can we protect mental health and wellbeing?**  
By Dr. Heilwine Bakker, GZ psychologist NIP and director of Balans & Impuls.
- **Preventive colleague support (trim) and quick, focused psychological support if necessary**  
By Prof. Dr. N. Greenberg, Professor of Defense Mental Health King’s College London. BM, BSc, MMedSc, FHEA, MFMLM, DOccMed, MInstLM, MEWI, MFFLM, MD, FRCPsych.
- **Sources of imbalance and energy in high risk professions. Promoting resilience and post-traumatic growth.**  
By Prof. Dr. S. Bogaerts, professor developmental psychopathology and forensic psychology, Tilburg University. This presentation is based on empirical studies that we have conducted over the years in high-risk professions: security officers, police, people working in forensic psychiatry and judges.

The congress will best serve and apply to executives, policy workers and health professionals, who would like to know and use the most recent preventive insights for rescue workers (i.e. police officers, fire brigade, ambulance, health care workers and military).

Accreditation for physicians, psychologists, social workers, labor experts and physiotherapist can be requested. For other requests regarding accreditation you can approach our secretary.

The congress has an International character, however, it will be carried out in English.

Afternoon program on next page ►



# Invitation interactive online congress

## Friday March 12<sup>th</sup> 2021 9:00 - 17:00

### Afternoon program 13:30 - 17:00: Workshops Best Practices

Participants can choose two workshops. The first will start at 13:30-15:00 and the second at 15:30-17:00

#### ■ Supervising teams in the police

By Hans van de Haven Inspector Projectleader Recovery-training Police Rotterdam ( Blauwe haven). Burn Out/PTSS coaching. VM Officer, Supervisor emergency services police. Hans van de Haven has been in charge of police teams in the multiple major cities in the Nederland 'Randstad' for many years. By presenting various practical examples he recommends how to implement recuperation time, find appreciation, strengthen the self-esteem and seek peer support; even in situations where that does not seem to be possible. 'Leadership is let people grow but also protect when limits are reached'. You go hard alone, you get further together'.

#### ■ Awareness of accumulation critical incidents and seek recovery time and colleague support

By Anne-Marie de Jong, Former police officer, motorcycle ambulance, vitality expert Ambulance Witte Kruis.

#### ■ Integrating self-care and caring for colleagues in daily work

By Theo Bakker Head of Education and nurse Dutch Medical Group.

#### ■ Learned lessons, by field experts. What lessons can we learn from rescue workers, who are employee absentees due to mental health problems.

By Dick Kleijn supervisor and experience expert police. Initiator foundation Police Veterans.

#### ■ Risks after being exposed to multiple violent incidents

By Alina Teplova, rehabilitation physician at Medical Centre The Hague (Hospital Westeinde). Multiple critical incidents during a career, especially being exposed to violence, has physical consequences. Examples are; cognitive problems, pain, intestinal problems, stomach problems and problems regarding the musculoskeletal system. These complaints are often accompanied with feelings of shame or are ignored. A downside could be that the psychological point of view is given more importance than the physical complaints. Therefore this workshop aims to foster preventive and effective diagnosis'.

#### ■ Battles of the intrinsic war: diagnostic aspects of PTSS, depression and suicidal behavior among veterans

By Dr. Sharon Galor, senior psychologist at Balans & Impuls. Preventative recommendations for accumulative traumatic stress that apply to service men and women. Based on scientific research and clinical experience, diagnostic variables were recognized among this population group. Some of these will be discussed in this workshop. Furthermore, potential risks factors for suicidal behavior will also be discussed. The only possibility that exist to better serve our service men and women is by recognizing these unique diagnostic variables. In doing so we can develop proper and effective prevention tools, increase the accuracy of diagnosis and implement suitable therapeutic strategies.

#### ■ Attention for private life tasks, to protect health

By Richard van Holsteijn, Troubleshooter at Balans & Impuls. Effectiveness in private life tasks can buffer the impact of a high demanding job. But it can be difficult to maintain care for private life tasks. The pitfall can be that private life is sacrificed for the demands of the job. How can you prevent this negative process?

#### ■ The importance of well-planned, tailored healthcare for healthcare professionals in dealing with the presence as opposed to the absence of the corona virus

By Geraldine Schutten, care manager 'FocusKliniek en Kortverblijf Medical Centre The Hague'. The intensity of care for healthcare professionals has increased tremendously over the past years. Apart from this, as of March this year, we are being confronted with the adverse consequences of the corona outbreak. As a result, many influences, in the private as well as in the working environment itself, can bring about a disbalances in healthcare professionals. How do you deal with this as a manager and what tools do you possess in keeping your employees well-balanced? Being agile and acting promptly in dealing with situations can make a difference between employees dropping out or continuing their work.

**Entrance fee** € 295,-. (tax free due to its professional development nature). By Signing up prior to September 31st 2020 you will receive a 10% discount, at [www.balans-en-impuls-online.nl](http://www.balans-en-impuls-online.nl). After paying the fee, you will be sent a confirmation of payment and your place will be guaranteed. Further information about the online procedures will be sent to you a month prior to the day. Should you have more questions you can contact us at [secretariaat@balans-en-impuls.nl](mailto:secretariaat@balans-en-impuls.nl).