



Uitnodiging

VOEDING EN PSYCHE; LOGISCH?

Online congres over leefstijl, darmen, emoties en het brein

Donderdag 16 september 2021

Bestel nu een ticket met korting!

DIT JAAR ONLINE



Ons stevige fundament: 38 jaar Orthica, 28 jaar Congres
Al 38 jaar lang delen we onze kennis over voeding en suppletie vanuit Orthica en Stichting Educatie Atrium Innovations. Voorheen tijdens het Folia Orthica Symposium, nu tijdens het online Orthica Health Science Congres. Nog altijd met de wetenschap als belangrijkste basis van het dagprogramma.

Datum	Donderdag 16 september 2021
Locatie	Het congres vindt dit jaar online plaats
Tijd	9:30 tot 15:30 uur
Ticket	Regulier tarief: €59 Early Bird tarief tot 1 juli: €45 Studententarief: €35
	Inclusief btw.

EARLY BIRD
TARIEF

€45

Profiteer tot 1 juli van €14 Early Bird korting!

Bestel een ticket op OrthicaHealthScience.nl



Lees op OrthicaHealthScience.nl meer over het online congres en volg ons op social media.



Heeft u vragen over het online congres?
Bel op werkdagen naar 036 546 0930 of stuur een e-mail naar educatie@atrium-innovations.nl

PostNL
Port Betaald
Port Payé
Pays-Bas

GEHEEL WETENSCHAPPELIJK ORTHICA HEALTH SCIENCE CONGRES

Het online Orthica Health Science Congres van dit jaar is voor therapeuten, diëtisten, artsen en alle andere gezondheidsprofessionals die hun kennis over de relatie tussen voeding en psyche actueel willen houden. Inspirerende sprekers delen de meest recente informatie over onderzoek naar leefstijl, darmen, emoties en het brein.

Voeding in relatie tot een gezonde geest

Voedsel heeft een grote invloed op mentale gezondheid. Voeding bepaalt mede hoe we ons voelen, hoe we denken én hoe we ons gedragen! Andersom zijn de psyche en het brein ook factoren die een grote invloed hebben op het eetpatroon. Uit onderzoek is gebleken dat ongezond eten kan leiden tot ontstekingen in het brein (neuro-inflammatie). Dit kan bijdragen aan de ontwikkeling van concentratieproblemen, angst, depressie en gedragsstoornissen zoals ADHD en autisme.

Maar welk mechanisme zit hierachter? Welke rol speelt de darm-brein-as?

Wat is er bekend over de relatie tussen voeding, specifieke voedingsstoffen en psychische aandoeningen en wat kunnen we leren van ervaringen uit de dagelijkse praktijk? Hoe interacteren voedingssupplementen met medicatie bij psychische aandoeningen? Welke mogelijkheden zijn er om cliënten met psychische aandoeningen te ondersteunen bij verandering van eetgedrag? Volg het online congres en krijg antwoord op deze vragen.

**VOLG ONLINE OP
16 SEPTEMBER**

De sprekers van het Orthica Health Science Congres delen door gedegen onderzoek onderbouwde kennis. Het thema 'voeding in relatie tot psyche' wordt vanuit verschillende invalshoeken belicht.

ONLINE DAGPROGRAMMA

9:30 - 10:00	Ontvangst
10:00 - 10:05	Opening door Erwin Piening , Algemeen Directeur MCO Health BV
10:05 - 10:25	Inleiding door Dr. H.J. Rogier Hoenders , Psychiater en dagvoorzitter Voeding en Psyche; introductie tot het thema
10:25 - 11:20	Prof. dr. Anne Roefs , Hoogleraar in de Psychologie en Neurowetenschap van abnormaal eetgedrag, Maastricht University Kan het brein de aantrekkingskracht van eten verslaan?
11:20 - 11:35	Muzikale verbinding door Jeannette Welp , spreker en musicus, gespecialiseerd in de kracht van verbinding
11:35 - 12:30	Sara Bosman , Psycholoog met specialisaties in voedingspsychologie, ACT en mindfulness Voedingspsychologie & ACT, een integratieve benadering van psychische klachten in de praktijk
12:30 - 12:45	Muzikale verbinding door Jeannette Welp
12:45 - 13:15	Pauze
13:15 - 14:00	Drs. Han Siem , Complementair apotheker Geneesmiddelen bij psychische stoornissen combineren met voedingssupplementen: do's en don'ts
14:00 - 14:15	Muzikale verbinding door Jeannette Welp
14:15 - 15:10	Prof. dr. Michiel Kleerebezem , Hoogleraar 'Host-Microbe Interactions', Wageningen Universiteit Speelt de darm-brein-as een rol in ADHD?
15:10 - 15:30	Afsluiting door Dr. H.J. Rogier Hoenders , Psychiater en dagvoorzitter

SPREKERS

Tijdens het online congres nemen sprekers met verschillende wetenschappelijke achtergronden en visies op gezondheid het podium. Psychiater Dr. H.J. Rogier Hoenders is uw dagvoorzitter tijdens dit online evenement.

Prof. dr. Michiel Kleerebezem
Hoogleraar 'Host-Microbe Interactions',
Wageningen Universiteit



"Het onderzoek in mijn groep streeft ernaar om de moleculaire mechanismes, waarmee darmbacteriën met het gastheer-organisme communiceren, te begrijpen. Die kennis zetten we in om de gezondheid van de gastheer te beïnvloeden."

Lezing 'Speelt de darm-brein-as een rol in ADHD?'

De laatste jaren wordt steeds meer duidelijk dat onze darmgezondheid een grote invloed uitoefent op onze geestelijke gezondheid. Deze lezing gaat in op de driehoeksverhouding tussen voeding, het darmmicrobioom en gezondheid, met aandacht voor de manier waarop communicatie kan verlopen langs de darm-brein-as. Daarnaast worden de meest recente inzichten getoond uit de lopende BRAIN-studie; een onderzoek naar hoe dieet de ADHD-symptomen in kinderen kan remmen.



Sara Bosman
Psycholoog met specialisaties in
voedingspsychologie, ACT en mindfulness

"De psychische gezondheid verbeteren met een integratieve aanpak van psychische klachten is mijn missie. Hiervoor gebruik ik een combinatie van psychotherapie (ACT, mindfulness en compassie), voeding en andere leefstijlfactoren."

Lezing 'Voedingspsychologie & ACT, een integratieve benadering van psychische klachten in de praktijk'

De lezing van Sara Bosman gaat over ervaringen uit de 'voedingspsychologie'-praktijk. De voedingspsychologie focust zich op het veranderen van eetgewoonten om psychische klachten te verhelpen. Cliënten lopen vaak vast bij het veranderen van eetgewoonten. De toepassing van voedingspsychologie met behulp van onder andere ACT (Acceptance and Commitment Therapy) en aminozuurtherapie bieden hierbij een uitkomst.

Prof. dr. Anne Roefs
Hoogleraar in de Psychologie en Neurowetenschap
van abnormaal eetgedrag, Maastricht University

"Mijn missie is het doen van onderzoek naar de dynamische aard van cognitieve en neurale processen betrokken bij eetgedrag, en de vertaalslag maken naar interventies voor en preventie van overgewicht."

Lezing 'Kan het brein de aantrekkingskracht van eten verslaan?'

Wat is de voornaamste oorzaak van obesitas? Moeten we het zoeken in de fysiologie of is de rol van psychologie en het brein groter? Hangt het succes van een dieet werkelijk af van het soort dieet en de nutriënten? Wat is er nu werkelijk nodig om een gezondere leefstijl te bereiken en te behouden?



Drs. Han Siem
Complementair apotheker

"Als apotheker ben ik bruggenbouwer tussen de reguliere en complementaire geneeskunde en gespecialiseerd in de controle op wisselwerkingen die kunnen ontstaan tussen reguliere en complementaire geneesmiddelen. Op die manier hoop ik therapeuten die met ons samenwerken te kunnen ondersteunen bij een veilig en verantwoord geneesmiddelladvies aan hun cliënt."

Lezing 'Geneesmiddelen bij psychische stoornissen combineren met voedingssupplementen: do's en don'ts'

Veel patiënten komen bij de therapeut voor complementaire ondersteuning bij psychische klachten, terwijl men ook psychofarmaca gebruikt. Is combinatie met voedingssupplementen wel veilig, welke wisselwerkingen kunnen optreden? Wat als men de reguliere medicatie wenst af te bouwen? Han Siem helpt u op weg met deze complexe vraagstukken.



Muzikale verbinding door Jeannette Welp

Spreker en musicus, gespecialiseerd in de kracht van verbinding

Jeannette Welp laat de deelnemers ervaren hoe zij tot verbinding kunnen komen met zichzelf en anderen. Als musicus gebruikt zij hiervoor de neurowetenschap, muziek en creatieve werkvormen.

De kracht van verbinding in de praktijk

In mijn interactieve bijdrage wordt helder waarom verbinding belangrijk is en hoe je tot een betere verbinding kunt komen. Muziek, verhalen vertellen en spelen zijn elementen die zorgen dat dopamine en oxytocine vrijkomen, die het geluks- en saamhorigheidsgevoel vergroten. En natuurlijk speelt humor daarbij ook een rol.