

Programma overzicht congres 2021

Zie ook de volgende link, <https://www.artsenleefstijl.nl/programma/maandag>.

Maandag 22 november 2021 van 19:30 - 21:45 uur

Thema's:

- **Leefstijl en Chronische ziekten**
- **Gezonde Leefomgeving**

Afgelopen jaren is op basis van wetenschappelijk onderzoek de relatie tussen ongezonde leefstijl en het metabool syndroom onomstotelijk vastgesteld. In de spreekkamer merken we dagelijks hoe moeilijk het is om patiënten te bewegen tot een gezonde leefstijl. Er zijn te veel verleidingen in een leefomgeving die onvoldoende uitdaagt om gezonde keuzes te maken. We laten je kennismaken met initiatieven die hierin verandering (willen) brengen en trappen de avond af met Dariush Mozaffarian die samen met Hanno Pijl de nieuwste wetenschappelijke inzichten met je deelt. En Robert Lustig is terug: hij was op een eerder congres keynote spreker en inspireert opnieuw.

Tijd	Spreker	Onderwerp	Thema
19.30 - 19.45	Iris de Vries & Joost Hoebink & Dariush Mozaffarian & Hanno Pijl	Opening: 10 jaar Leefstijlgeneeskunde!!	Plenair
19.45 - 20.15	Dariush Mozaffarian	Food as Medicine: Dietary and Policy Priorities to Leverage Nutrition in Health Care	Leefstijl en chronische ziekten
19.45 - 20.15	Els Peeters & Jacqueline van der Wielen	Leefstijl en Neurologie? Natuurlijk!	Leefstijl en chronische ziekten
19.45 - 20.15	Brian Doornenbal	Machine learning	Gezonde

		geeft leefstijlgeneeskunde van de toekomst vorm	leefomgeving
20.15 - 20.25		Pauze	Plenair
20.25 - 20.55	Robert Lustig	Metabolical	Leefstijl en chronische ziekten
20.25 - 20.55	Ad de Bont	De-beweegvriendelij ke-stad (urhahn.com)	Gezonde leefomgeving
20.55 - 21.25	Angela Maas	Rol van mentale stress bij coronaire vasculaire disfunctie	Leefstijl en chronische ziekten
20.55 - 21.25	Fief de Mol		Leefstijl en chronische ziekten
20.55 - 21.25	Hugo Touw	De duurzame dokter	Gezonde leefomgeving
20.55 - 21.25	Bob van der Kamp	Een juridisch perspectief van patiënt voor gezonde leefomgeving	Gezonde leefomgeving
21.25 - 21.30		Afsluiting	Plenair
21.30 - 21.45		Netwerkcarroussel & Virtuele stands	Plenair

Programma overzicht congres 2021

Zie ook de volgende link, <https://www.artsenleefstijl.nl/programma/dinsdag>.

Dinsdag 23 november 2021 van 19:30 - 21:45 uur

Thema's:

- **Leefstijl en Oncologie**
- **Gezonde (regionale) samenwerking**

Inspirerende initiatieven op landelijk, regionaal en lokaal niveau laten zien wat mogelijk is bij de implementatie van leefstijl, hoe een gezamenlijke aanpak zorgt voor een gedragsverandering bij de patiënt zoals de Voedselapotheek. Meer specifiek laten we zien wat er gebeurt op het gebied van leefstijl en oncologie. Bijv. in het project Beter Gezond, een samenwerking tussen de 1ste, 2de en 3de lijn in de begeleiding van kankerpatiënten met leefstijl.

Tijd	Spreker	Onderwerp	Thema
19.30 - 19.45	Lucien Engelen & Joost Hoebink	Opening	Plenair
19.45 - 20.15	Eva Noorda	Leefstijl in de oncologie: hoe doe ik dat?	Leefstijl en Oncologie
19.45 - 20.15	Baukje van den Heuvel	De waarde van prehabilitatie	Leefstijl en Oncologie
19.45 - 20.15	Mirjam van 't Veld	Leefstijl: De huisarts als gids	Gezonde (regionale) samenwerking
20.15 - 20.25		Pauze	Plenair
20.25 - 20.55	David Unwin	Lessons learnt from 100 cases of drug-free T2 diabetes remission in primary care	Leefstijl en Oncologie

20.25 - 20.55	Martijn Stuiver		Leefstijl en Oncologie
20.25 - 20.55	Mark Slager	Wie werkt er mee aan gezondheid?	Gezonde (regionale) samenwerking
20.55 - 21.25	Emma Coles & Nynke van der Zijl	Keer Diabetes2 Om, 1,5 lijns zorg voor patiënten die van de zware medicatie af willen en kunnen	Leefstijl en Oncologie
20.55 - 21.25	Edo Aarts	Behandelopties voor overgewicht en obesitas, van operatie tot maagballon	Leefstijl en Oncologie
20.55 - 21.25	Nico van Meeteren	Alle hens aan dek! Samen naar +5 gezonde levensjaren, -30% gezondheidsverschillen	Gezonde (regionale) samenwerking
21.25 - 21.30		Afsluiting	Plenair
21.30 - 21.45		Netwerkcarroussel & Virtuele stands	Plenair

Programma overzicht congres 2021

Zie ook de volgende link, <https://www.artsenleefstijl.nl/programma/woensdag>.

Woensdag 24 november 2021 van 19:30 - 21:45 uur

Thema's:

- **GGZ en Leefstijl (Mentale weerbaarheid)**
- **Gezonde organisatie**

We nemen je mee in de wereld van de GGZ waar leefstijl wordt ingezet voor de psychische gezondheid van patiënten om de kwaliteit van leven te verbeteren, medicatiegebruik te verminderen en wachttijden te verkorten. Maar leefstijl is er niet alleen voor de mentale weerbaarheid voor patiënten, ook een organisatie kan niet functioneren zonder gezonde medewerkers. In het Reinier Haga Gasthuis en bij Lentis wordt volop ingezet op een gezonde organisatie. Covid heeft laten zien hoe ontzettend belangrijk dat is.

Tijd	Spreker	Onderwerp	Thema
19.30 - 19.45	Machteld Huber & Joost Hoebink	Opening: Zorg goed voor jezelf, zorg goed voor de ander	Plenair
19.45 - 20.15	Ines von Rosenstiel & Eran Ben-Arye	Leefstijl en Oncologie: Geef de patiënt de regie	Leefstijl & Oncologie
19.45 - 20.15	Machteld Huber	Mentale weerbaarheid	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
19.45 - 20.15	Jeroen Deenik	Thinking inside the box	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
20.15 - 20.25		Pauze	Plenair

20.25 - 20.55	Danielle Cath & Nicolette Moes	Breaking the curse: een leefstijl training voor mensen met depressie in combinatie met metabool syndroom binnen de ambulante GGZ	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
20.25 - 20.55	Rogier Hoenders	De gezonde (leefstijl)professional: over stress, slaap, veerkracht en zingeving	Gezonde organisatie
20.25 - 20.55	Felice Jacka	Mentale weerbaarheid en darmgezondheid.	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
20.55 - 21.25	Joep Verbugt	Mentale vooruitgang	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
20.55 - 21.25	Carina Hilders & Annette de Boer	Het gezonde verhaal: over visie, leiderschap en verbindend samenwerken	Gezonde organisatie
20.55 - 21.25	Mischa Selis	Leefstijlpsychiatrie en de Groene GGZ	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
20.55 - 21.25	Jeroen Kolkman	PDS: een helder overzicht van een ingewikkeld, vaak behandelbaar, maar zelden te genezen aandoening.	GGZ & Leefstijl (mentale weerbaarheid)
21.25 - 21.30		Afsluiting	Plenair
21.30 - 21.45		Netwerkcarroussel &	Plenair

Programma overzicht congres 2021

Zie ook de volgende link, <https://www.artsenleefstijl.nl/programma/donderdag>.

Donderdag 25 november 2021 van 19:30 - 21:45 uur

Thema's:

- **Leefstijl en Spijsvertering /Microbioom**
- **Gezonde generatie**

Gezonde voeding is essentieel om onze (klein-)kinderen gezond te laten opgroeien en te voorkomen dat mensen niet meer onnodig ziek worden. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat een gezond microbiom, en dat begint al voor de geboorte, essentieel is. Prof. dr. Tim Spector, hoogleraar genetica en directeur van het TwinsUK-register aan Kings College London, gaat in op de relatie tussen het microbiom, voeding en het immuunsysteem en wat hij van Covid heeft geleerd.

Tijd	Spreker	Onderwerp	Thema
19.30 - 19.45	Tim Spector & Joost Hoebink	Opening: belang gezonde start voor gezonde toekomstige generatie	Plenair
19.45 - 20.15	Tim Spector	The Future of Personalised Nutrition	Leefstijl en Spijsvertering /Microbioom
19.45 - 20.15	Brigit van Soest	Duurzaamheid biedt farmacie nieuw perspectief	Gezonde generatie
20.15 - 20.25		Pauze	Plenair
20.25 - 20.55	Ben Witteman	Voeding en leefstijl bij chronische	Leefstijl en Spijsvertering

		(darm)aandoeninge n: de hoeksteen van de behandeling!	/Microbioom
20.25 - 20.55	Marion Weijers & Paul Bakker	Hoe financiële fitheid bijdraagt aan gezondheid.	Gezonde generatie
20.55 - 21.25	Remco Kort	De Microbia-professor vertelt	Leefstijl en Spijvertering /Microbioom
20.55 - 21.25	Jurriaan van Rijswijk	De rol van games bij succesvolle gedragsinterventies , hoe kunnen games gedragsinterventies verduurzamen en versterken?	Gezonde generatie
21.25 - 21.30		Afsluiting	Plenair
21.30 - 21.45		Netwerkcarroussel & Virtuele stands	Plenair

Programma overzicht congres 2021

Zie ook de volgende link, <https://www.artsenleefstijl.nl/programma/vrijdag>.

Vrijdag 26 november 2021 van 09:30 - 14:00 uur

Op vrijdag 26 november wordt het hoofdprogramma LIVE opgenomen in een studio. De sprekers zijn in de studio aanwezig en gaan o.l.v. dagvoorzitter Joost Hoebink en onze voorzitter Iris de Vries met elkaar én met het publiek in gesprek.

Het belooft een inspirerende dag te worden die feestelijk wordt geopend door Martijn van Beek en Barbara Kerstens, beiden van Voeding Leeft en de 'founders' van het eerste Leefstijl-congres in 2011.

Op vrijdag komen de thema's van de avonden terug: op een prikkelende manier vragen we de sprekers naar hun reactie op thema's en onderwerpen die tijdens de onlinepresentaties naar voren zijn gekomen. Met daarbij natuurlijk de nadruk op hun visie voor de toekomst van leefstijlgeneskunde.

Er zijn verschillende manieren om het dagprogramma op vrijdag te volgen:

- Dat kan online (thuis of op je werk) via het platform zoals je ook het avondprogramma volgt.
- Met elkaar op regionale meeting-points waar je met collega's uit de regio de live stream van het programma kunt volgen én kunt netwerken (meer informatie over locaties volgt binnenkort).

Tijd	Spreker	Onderwerp	Thema
9.30 - 9.50	Iris de Vries & Martijn van Beek & Barbara Kerstens	Opening	Plenair
9.50 - 10.00	Iris de Vries & Joost Hoebink	Terugkoppeling avonden en intro vrijdag-programma	Plenair
10.00 - 10.10	Karien van Gennip		Financiering Leefstijl en Preventie

10.10 - 10.25	Tim 's Jongers & Erik Dannenberg	Oplossen van gezondheidsverschillen	Financiering Leefstijl en Preventie
10.25 - 10.35	Thea Sybesma	Leefstijl in het ziekenhuis	Financiering Leefstijl en Preventie
10.35 - 10.55		Rond Tafel Thema 1	Financiering Leefstijl en Preventie
10.55 - 11.05		Pauze	
11.05 - 11.15	Cathy van Beek	Green Deal Duurzame Zorg	Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.15 - 11.18	Laura de Graaff - Herder		Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.18 - 11.21	Clementine Mol	Gezonde werk & leefomgeving	Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.21 - 11.24	Lisa Simons		Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.24 - 11.27	Hugo Touw		Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.30 - 11.50		Ronde Tafel Thema 2	Toekomst Leefstijl door Jonge Dokters
11.50 - 12.00	Antje Diertens	Preventie, gezonde regio	Preventie en Gezonde Regio
12.00 - 12.10			Preventie en Gezonde Regio

12.10 - 12.20	Machteld Huber	Preventie en gezonde regio	Preventie en Gezonde Regio
12.20 - 12.30	Stef Kremers	Positieve Gedragbeïnvloeding	Preventie en Gezonde Regio
12.30 - 12.45		Pauze	Preventie en Gezonde Regio
12.45 - 13.05		Ronde Tafel Thema 3	Preventie en Gezonde Regio
13.05 - 13.30		Afsluiting	Plenair