

Workshops middagprogramma

Het Menzis Preventiecongres, 14 mei 2020

1. Changing Health – not invented, but implemented here

Succesvol in Engeland, maar ook succesvol in Nederland? Praat mee over betekenis van de resultaten van het digitale leefstijl programma Changing Health voor (pre)diabetes en overgewicht op de Nederlandse markt. Hoe brengen we eenvoudige toepasbare interventies naar de mensen die het nodig hebben? Projectleider Jedidja Verboom & Changing Health medeoprichter Mike Trenell nemen jullie mee in de geleerde lessen en vraagstukken rondom digitale leefstijlinterventies in Nederland & Engeland op grote schaal. Let op: deze workshop is in het Engels.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Prof. Mike Trenell, medeoprichter Changing Health en Director of the UK National Institute for Health Research Innovation Observatory
- Jedidja Verboom (projectmanager Preventie Menzis)

2. De eerste 1000 dagen van een kind...

Eén van de grote opgaven voor een kansrijke start van alle kinderen in Nederland is structurele samenwerking en financiering, ook waar het gaat om preventieve maatregelen, maatwerk en flexibilisering. In Groningen zijn de afgelopen jaren al grote stappen gezet in de coalitie Kansrijke Start Groningen, maar wat moeten de volgende stappen zijn?

Deze workshop wordt gegeven door:

- Tessa van Leeuwen (manager jeugdgezondheidszorg GGD)
- Suzanne Oostvogels (regioregisseur Noord bij Menzis)

3. Doorbraakmethodiek: 1 jaar ervaringen Menzis en gemeente Enschede

In deze workshop nemen het Instituut Publieke Waarden, gemeente Enschede en Menzis u mee in hoe zij het afgelopen jaar doorbraken realiseerden bij Enschedese gezinnen waar verschillende gezondheids- en sociaal-maatschappelijke problemen elkaar versterken. Dit deden zij door op een andere manier naar de persoonlijke situatie van deze gezinnen te kijken. Een belangrijk onderdeel vormt de aanpak van schulden. Deze staan (het werken aan) gezondheid veelal in de weg.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Eelke Blokker (directeur bij Instituut Publieke Waarden)
- Rian Olthof (beleidsadviseur Maatschappelijke Ondersteuning bij Gemeente Enschede)
- Hinke van der Werf (regioregisseur Twente en Achterhoek bij Menzis)

4. Diabetes te lijf door middel van leefstijlinterventies

Menzis richt zich met vernieuwende programma's als Keer Diabetes Om, Herstelcirkel in de Wijk en de Nationale Diabetes Challenge op het verbeteren van gezondheid van diabetespatiënten en het voorkomen of terugdringen van deze chronische aandoening. Christiaan Rademaker, regioregisseur bij Menzis, neemt u mee in de ervaringen van de afgelopen jaren en de visie op het verbeteren van de omgeving waarin het voor deze doelgroep makkelijker wordt om gezonde keuzes te maken. Dit doen we in samenwerking met gemeenten voor de koppeling aan beweeg- en sportbeleid en het sociaal domein. Dit geeft steeds meer mensen de kans om met de juiste ondersteuning hun leefstijl aan te passen en beter om te gaan met hun ziekte. In een aantal gevallen kunnen ze zelfs zonder medicatie verder. Dit levert gezondheidswinst op en draagt bij aan een rijkere sociale omgeving.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Jeroen Flim (programmamanager Nationale Diabetes Challenge)
- Christiaan Rademaker (regioregisseur Midden en West bij Menzis)

5. Leven na het maagbandje: gesprek over preventie, zorg en toch nog lekker eten

'Als u niet geopereerd wordt, overlijdt u binnen tien jaar aan uw morbide obesitas.' Na deze boodschap besloot Nicole (ondernemer) om een maagbandje te nemen. Het viel haar op dat er weinig informatie en nazorg beschikbaar was voor ná de ingreep. Ze ervoer veel bijwerkingen. Nicole vertelt openhartig en met humor over haar ervaringen en deelt haar kennis. Na afloop van deze workshop weet u hoeveel ondersteuning nodig is om bariatrische chirurgie tot een succes te maken, ook na langere tijd. U ziet de kracht en beperkingen van preventie.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Nicole Raymakers (ervaringsdeskundige/ondernemer)
- Karine van 't Land (arts M&G in opleiding en strategie trainee bij Menzis)

6. Positieve gezondheid in de praktijk

De werkdruk in de eerstelijnszorg nam de afgelopen jaren alsmaar toe. Veel zorgprofessionals hebben behoefte aan een verschuiving in de zorg, van ziekte & zorg naar gezondheid & gedrag, of simpeler gezegd, van klacht naar kracht. Het blijkt dat als zorgprofessionals andere vragen stellen op meerdere gebieden (lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en het dagelijks functioneren) een ander gesprek met de cliënt ontstaat. Dit resulteert in andere voorlichting, ander advies en een grotere motivatie om breder naar gezondheid te kijken en zelf aan de slag te gaan.

Huisarts Martijn van der Waart en Fysiotherapeut Erwin Trappel delen hun ervaringen over hoe zij 'positieve gezondheid' omarmden en het concept vertaalden naar hun samenwerking en de praktijkvoering. Evelien van Broeck (Menzis) zorgt voor de introductie en gaat daarbij in op de visie van Menzis op dit concept.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Martijn van der Waart (huisarts Respons huisartsenpraktijk)
- Erwin Tappel (fysiotherapeut praktijk de Driesprong Hengelo)
- Evelien van Broeck (projectmanager preventie en projecten bij Menzis)

7. Provincie Groningen, de 1e rookvrije provincie van Nederland?!

Sommige beelden en verhalen rondom roken blijven je altijd bij, ook al is het lang geleden. Weet u bijvoorbeeld nog dat roken in het vliegtuig vroeger heel normaal was? En herinnert u zich nog de bakjes sigaretten op tafel tijdens verjaardagen? De kinderen anno 2020 groeien op met de verhalen rondom Rookvrije Generatie. Eén van deze verhalen is hoe Groningers (bestuurders, organisaties, zorgprofessionals en inwoners) gezamenlijk toe werken naar een rookvrije provincie waar kinderen beschermd worden tegen tabaksrook. Laat u inspireren door dit verhaal. Tevens krijgt u handvatten hoe u in uw eigen organisatie/regio aan de slag kunt. De kracht van het samen doen staat centraal.

Deze workshop wordt gegeven door:

- Robert van de Graaf (verslavingsarts VNN en Bestuurslid Partnership 'Stop met Roken')
- Samirah Schipper (gezondheidsbevorderaar, GGD Groningen)

8. Samenwerking met gemeenten en sportaanbieders rondom de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)

In deze workshop krijgt u meer kennis over de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI). Hoe kunnen we de GLI opstarten in samenwerking met de gemeenten en sportaanbieders? Hoe worden de deelnemers gezocht? En wat zijn de uitdagingen en kansen?

Deze workshop wordt gegeven door:

- Gijs Schoutens (gemeente Midden-Groningen)
- Danielle Nijkamp (projectmanager preventie en projecten bij Menzis)

9. SamenGezond: voorkomen als alternatief voor genezen

Praat mee over SamenGezond, een laagdrempelig, gratis gezondheidsprogramma voor iedereen. In het aanbod van online leefstijlinterventies en -programma's is SamenGezond een bewezen succesvol voorbeeld. Het helpt gezonde mensen en mensen met een verhoogd gezondheidsrisico zo lang mogelijk gezond te blijven. Eigen regie, inzicht in eigen gezondheid en leefstijl staan centraal. Het programma coacht deelnemers bij bewegen, gezonde voeding, balans, rust, slapen en mentaal welbevinden. Het helpt gezond gedrag vol te houden door kleine haalbare doelen te stellen en deze te belonen.

Wat zijn de ervaringen tot nu toe? Welke online interventies helpen nu voor welke doelgroepen en op welk type preventie? En hoe kunnen werkgevers en het sociale domein bijvoorbeeld bijdragen aan leefstijlondersteuning, wat is daar voor nodig?

Deze workshop wordt gegeven door:

- Iris Bogers (senior product- en propositiemanager, SamenGezond Menzis)
- Marike Wijnberg (senior communicatie adviseur, SamenGezond Menzis)