

Spierbehoud en -opbouw bij kwetsbare groepen Online zelfstudie met contactmiddag

Docenten

Dr.ir. Mike Tieland, deskundig op gebied van sarcopenie, spiermetabolisme, eiwitmetabolisme, beweging en voeding

Sophie Rietveld, MSc, deskundig op gebied van ondervoeding en diëtetiek.

Doelgroep Geaccrediteerd voor diëtisten en fysiotherapeuten

DEEL 1 - ZELFSTUDIE

Studiestappen – online in eigen tempo en tijd

Studiestap 01 | Introductie cursus

Studiestap 02 | Sarcopenie en ondervoeding

Studiestap 03 | Rol van beweging in de behandeling van sarcopenie

Studiestap 04 | Eiwitbehoefte en kwaliteit

Studiestap 05 | Waarom combineren van voeding en beweging

Studiestap 06 | Voorbereiding contactbijeenkomst - Opdracht casuïstiek en vragen
(inleveren 10 dagen voorafgaand aan de bijeenkomst)

DEEL 2: CONTACTBIJEENKOMST

Bijeenkomst van 3,5 uur op locatie met trainers (maximaal 25 deelnemers)

Studiestap 07 | Contactbijeenkomst

Programma

1 | Verdiepende presentatie (overige) oorzaken van sarcopenie

2 | Vragen en bespreking van de theorie

3 | Bespreking huiswerkopdrachten en casussen

4 | Toepassing naar de praktijk

1. Versterking behandeling door samenwerking fysiotherapeut en diëtist

2. Hoe nu verder? Wat te bereiken? Wat is daarvoor nodig?

3. Obstakels en oplossingen

5 | Evaluatie en accreditatie

DEEL 3: online CONSULTATIE

Online beeldgesprek tussen trainers en deelnemers van maximaal 1,5 uur

Studiestap 08 | Online consultatie

1 | Evaluatie toepassing in de praktijk

Datum rond 6 maanden na contactbijeenkomst; instructie voorbereiding volgt tzt