Cursus voor fysio-, ergo- en oefentherapeuten

Succesvol co-creëren voor ouderen

Vrijdag 8 november en vrijdag 13 december 2019 te Leiden

Leyden Academy ON VITALITY AND AGEING

hogeschool Leiden

Inhoudsopgave

Inleiding 3
Organisatoren 4
Doel en doelgroep 5
Leerdoelen 6
Lesprogramma 7
- online leren 7
- collegedag vrijdag 8 november 8
- opdracht 9
- collegedag vrijdag 13 december 10
- slotopdracht 11

Uw docenten 12
Kosten voor deelname 14
Contactgegevens 15

Inleiding
Mensen worden ouder, de bevolking vergrijst en het zorggebruik neemt toe met de leeftijd. Dat betekent dat u als therapeut steeds meer oudere cliënten in uw praktijk en zorginstelling tegenkomt. Maar waar liggen kansen voor vitaal en gezond oud worden? Wat vinden ouderen belangrijk in hun leven? Wat motiveert hen om gezond en vitaal te blijven? Als zorgverlener bent u opgeleid om de focus te leggen op de zorgbehoefte van ouderen.
Wat zijn hun wensen, verlangens en ambities? En wat zorgt voor leefplezier? Met antwoorden op deze vragen kunt u individuele en groepsinterventies implementeren die beter aansluiten bij wat er voor de oudere toe doet en waar de oudere gelukkig van wordt.

De cursus 'Succesvol co-creëren voor ouderen' bestaat uit twee klassikale lesdagen in Leiden in combinatie met online cursusmateriaal. In de cursus wordt gebruik gemaakt van hoorcolleges, brainstormsessies, individuele en werkgroep-opdrachten, coaching, expert- en ouderenpanels en pitches door de deelnemers zelf.

Organisatoren
De cursus wordt verzorgd door Leyden Academy on Vitality and Ageing in samenwerking met de opleiding fysiotherapie en het lectoraat Eigen regie van Hogeschool Leiden.

Leyden Academy verricht als kennisinstituut wetenschappelijk onderzoek naar vitaliteit en veroudering. Visie, opgedane kennis en inzichten wordt vertaald naar o.a. onderwijsprogramma's voor uiteenlopende doelgroepen.

Het lectoraat Eigen regie zoekt middels onderzoek en co-creatie naar oplossingen voor vraagstukken over de vergrijzing, beweegzorg en het inzetten van zorgtechnologie. Als onderdeel van Hogeschool Leiden - met tal van zorgopleidingen - zet het lectoraat in op de (verdere) ontwikkeling van competenties van zorgverleners en eHealth.
Ze werkt samen met patiëntenorganisaties, regionale en landelijke zorginstellingen en overheden.

Leyden Academy
ON VITALITY AND AGEING

hogeschool Leiden

"...een nieuwe en verrassende cursus waar ik veel van heb opgestoken, met goede en gedreven docenten. Het was prettig om samen te brainstormen over de onderwerpen en opdrachten.
Vera Schoorlemmer, eigenaar Oefentherapie Kampen.
Deelnemer in voorjaar 2019

Doel
Na de cursus bent u in staat om met kennis over leefplezier, gedragsverandering en interventies beter af te stemmen op wat er daadwerkelijk toe doet voor de oudere cliënt. Daardoor kan er een positieve bijdrage worden geleverd aan de kwaliteit van leven van de oudere cliënt. U heeft aan het einde van de cursus in co-creatie met de doelgroep een eerste plan gemaakt voor een nieuwe interventie of voor de aanpassing van een bestaande interventie. Dat plan kan de doorontwikkeling bevatten of zelfs de implementatie ervan.
In de cursus staat centraal wat de ouderen zelf belangrijk vinden. We gaan in op hun wensen en verlangens voor welzijn. Daarnaast komen in de cursus kennis en begrip van (cognitieve) veroudering en leefstijl aan de orde: meer dan door geboden en verboden kunnen prikkels in de fysieke en sociale omgeving kansen scheppen voor ontmoetingen en verleiden tot gezondere keuzes. Met instrumentele kennis als bagage oefenen we op vaardigheden om die kennis toe te passen in de dagelijkse praktijk: deelnemers gaan met een casus uit de eigen praktijk aan de slag en kunnen na de cursus direct hun nieuwe interventie, ontwikkeld in co-creatie met ouderen, implementeren.

Voor wie?
De cursus is voor (geriatrie) ergo- en oefentherapeuten en fysiotherapeuten.

Certificaat en accreditatiepunten
Iedere deelnemer die de cursus afrondt, ontvangt een certificaat van deelname. De cursus is voor 25 punten geaccrediteerd door het KNGF (kwaliteitsdeel, algemeen fysiotherapeut en geriatrie-fysiotherapeut) en het kwaliteitsregister ADAP (ergo- en oefentherapeuten Cesar en Mensendieck, VvoCM).

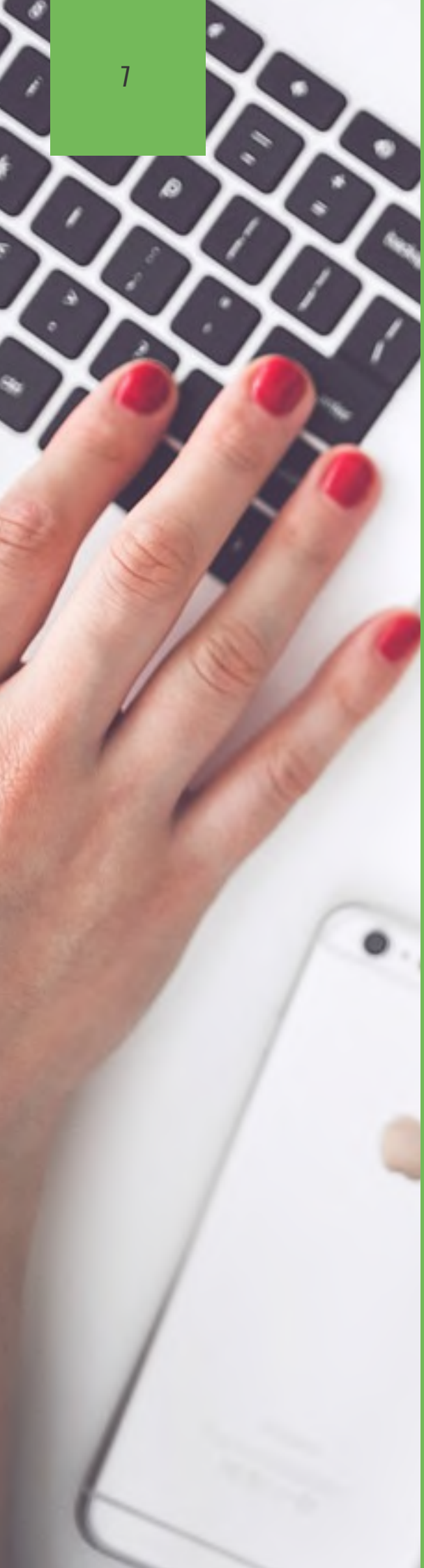
Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie

ADAP

Leerdoelen

- Kennis van en oefenen met een co-creatie proces voor therapeutische interventies;
- kennis van impliciete gedragsbeïnvloedingstechnieken als 'nudging', 'priming' en 'affordances' en diverse leerstrategieën en het kunnen toepassen van deze technieken in het behandelplan;
- kennis opdoen van de beeldvorming over ouderen;
- inzicht in de wensen en ambities van ouderen;
- oefenen met interviewen en juiste vragen stellen;
- inzicht in de waardepropositie van uw (nieuwe) interventie;
- inzicht in de effecten van 'eigen regie' en in de kenmerken van peer-coaching en zelforganisatie c.q. zelfzorg;
- verschil tussen een **etic** en **emic** 'mindset' kunnen onderscheiden en een emic standpunt kunnen innemen in (de besluitvorming rond c.q. opstellen van) het behandelplan van de cliënt en/of therapeutische interventie, gericht op leefplezier;
- kunnen beschrijven van positief en negatief welbevinden en advies kunnen geven voor het beperken van (verdere) schade;
- in co-creatie met ouderen kunnen ontwikkelen van een nieuwe therapeutische interventie en de haalbaarheid hiervan kunnen toetsen.

Uiteindelijk zult u in uw dagelijkse praktijk betere zorg kunnen leveren, afgestemd op de behoeften, wensen en verlangens van uw oudere cliënten en daarmee bijdragen aan de kwaliteit van leven.



LESPROGRAMMA

Van tevoren:
We starten in week 44,
28 oktober t/m 1 november 2019
met online leren en een korte opdracht.

Online leren: in onze digitale leeromgeving treft u literatuur en videomateriaal aan, ter voorbereiding op het onderwerp.

Dossieropdracht: we vragen u een (willekeurig) dossier van een oudere door te nemen en na te gaan of leefplezier (bevorderen) daarin een rol speelt. Neem uw observaties mee naar de eerste cursusdag.

vrijdag

8 NOVEMBER 2019

09.00 - 09.30
Ontvangst, welkom en kennismaken

09.30 – 10.30
College: Vitaliteit, leefplezier en de mindshift van etic naar emic

10.30 - 11.00
Interactie: Dossieropdracht leefplezier

11.15 – 12.00
College: Cognitie, gedrag en leefstijl in de omgeving

12.00 – 12.45
College: Co-creatie en KNOP kennisnetwerk ouderen en preventie

12.45 - 13.15
Lunch

13.15 – 14.00
College: Co-creatietools - uitleg over Value Proposition Canvas en interviewtechnieken

14.00 – 15.30
Workshop: Brainstorm over en co-creatie van nieuwe interventies samen met het ouderenpanel en mede-cursisten. Tool: Value Proposition Canvas kan hierbij ingezet worden

15.45 – 16.45
Raadplegen expertpanel en uitleg over de vervolgopdracht

16.45 – 17.30
Plenaire afsluiting en netwerkborrel

OPDRACHT

Uitvoering van de individuele opdracht vindt plaats in uw eigen tempo.
U heeft ruim een maand de tijd.

Co-creatie: u brengt de geoefende lesstof in praktijk en bedenkt, co-creëert en ontwikkelt een nieuwe therapeutische interventie, samen met (een) oudere(n). Zoals bijvoorbeeld preventie of een interventie buiten de reguliere route met de zorgverzekering.
U presenteert uw idee en toetst de haalbaarheid op de tweede cursusdag.

We bieden ondersteuning door middel van coaching en aanvullend les- en videomateriaal in de online leeromgeving.
U kunt tevens sparren met ouderen, mede-cursisten en peers.

Optioneel: werkbezoek aan de Vitality Club:
Vitality Club is een non-profit organisatie waar ouderen elkaar helpen. Iedere doordeweekse dag van 09.00-10.00 uur sporten ouderen gezamenlijk in de buitenlucht. Deze vorm van zelforganisatie wordt ‘peer coaching’ genoemd: mensen die gezamenlijk fit worden.
Tijdens een werkbezoek aan een van de vier Vitality Clubs, interacteert u met ouderen en ervaart u peer coaching in de praktijk. Kijk voor actuele locaties en meer informatie op www.vitality-club.nl

vrijdag

13 DECEMBER 2019

09.00 - 9.30
Inloop en ontvangst

09.30 – 10.15
Reflectie en terugblik op lesstof en opdracht:
Waar staat u op dit moment?

10.15 – 11.00
Hoorcollege over beeldvorming 'Hoe kijken we naar het ouder worden?' en over onderzoek naar het welzijn van oudere migranten in Nederland

11.15 - 12.15
Workshop: Van idee naar pitch

12.15 - 12.45
Lunch

12.45 – 13.45
Expertpanel: u maakt een ronde langs de experts en ontvangt feedback om uw plan of presentatie aan te scherpen

14.00 – 16.30
Dragon's Den expertpanel:
Interactieve presentaties van de opdrachten met vragen en feedback

16.30 - 17.30
Plenaire afsluiting en netwerkborrel

SLOTOPDRACHT

Uitvoering van de individuele slotopdracht
vindt plaats in uw eigen tempo.
U heeft twee weken de tijd.

Verslag: u verwerkt de feedback van
het Dragon's Den expertpanel op uw presentatie
en creëert een verdieping op uw nieuwe
therapeutische interventie voor ouderen.

We recenseren uw eindverslag
en koppelen de feedback aan u terug.
Daarna ontvangt u een certificaat van deelname
en uw accreditatiepunten.

UW DOCENTEN

dr. Lex van Delden
fysiotherapeut, cognitieve neuro- en bewegingswetenschapper, gespecialiseerd in o.a. de invloed van de omgeving op gedrag, cognitie en veroudering

dr. Arlette Hesselink
gedragswetenschapper en senior onderzoeker, gespecialiseerd in o.a. zelfmanagement(ondersteuning), (bevorderen van) gezond gedrag, co-creatie en creatief denken

prof. dr. Joris Slaets
hoogleraar ouderengeneeskunde en directeur Leyden Academy, gespecialiseerd in o.a. liefdevolle zorg en leefplezier. Medeoprichter van het vakgebied geriatrie binnen de interne geneeskunde. En een van de grondleggers van het huidige opleidingsplan Interne Geneeskunde

UW DOCENTEN

dr. Linda Eijckelhof
bewegingswetenschapper, docent fysiotherapie, senior onderzoeker, gespecialiseerd in o.a. (bevorderen van) gezond beweeggedrag en co-creatie

dr. Jolanda Lindenberg
sociaal-cultureel antropologe, onderzoeker van sociale netwerken, groepsidentiteit en identiteitsvorming van oudere mensen. Gespecialiseerd in o.a. beeldvorming van ouderen in de samenleving, identiteit en zelfbeeld, wensen van ouderen

Marie-Louise Kok
Lean start-up coach gespecialiseerd in customer journey onderzoek, validatie van (business) aannames, ontwerp en ontwikkeling van experimenten en prototypes

Kosten voor deelname
Deelname aan de cursus ‘Succesvol co-creëren voor ouderen’ kost 475 euro per deelnemer inclusief koffie, thee, lunch en netwerkborrel. De cursus start met het online leergedeelte op maandag 28 oktober 2019 (onder voorbehoud van het aantal inschrijvingen).

Betalings- en annuleringsvoorwaarden
Leyden Academy is als leerinstelling vrijgesteld van btw. Na inschrijving ontvangt u van Leyden Academy een factuur. Het is altijd mogelijk om een vervangende collega in uw plaats te laten deelnemen indien u ons hierover informeert. U kunt zonder bijkomende kosten annuleren tot tien werkdagen voor aanvang van de cursus. Helaas is restitutie daarna niet meer mogelijk. Voor werkgevers zijn zakelijke scholingskosten fiscaal aftrekbaar. Voor particulieren zijn scholingskosten aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Daarbij geldt een drempelbedrag van 250 euro.

Contactgegevens
Voor meer informatie of inschrijving kunt u terecht bij:

Leyden Academy on Vitality and Ageing
T.a.v. Jacqueline Leijs
Poortgebouw Zuid
Rijnsburgerweg 10
2333 AA LEIDEN
Tel.: 071 524 0960
E-mail: leijs@leydenacademy.nl
www.leydenacademy.nl

Disclaimer
Dit lesprogramma is met grote zorg samengesteld, maar is onder voorbehoud van wijzigingen. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de verstrekte informatie.
© 2019, Leyden Academy on Vitality and Ageing