

# Inspiratiedag: Iedereen gerontoloog!

Vrijdag 30 september 2022 - Kursaal Oostende

Voorzitters: Prof. Dr. Christel Geerts & Charlotte Brys

## Achtergrondinfo

De vergrijzing van de samenleving stelt ons voor heel wat uiteenlopende uitdagingen en opportuniteiten. Met deze inspiratiedag gaan we in op een aantal van deze uitdagingen en mogelijkheden. We doen dit op een actieve manier via workshops.

## Voor wie?

De inspiratiedag is gericht op iedereen die met ouderen werkt (bv. lokale dienstencentra, seniorenorganisaties, mutualiteiten, vrijwilligersorganisaties, mantelzorgverenigingen, woonzorgcentra, thuisverpleging,...) en/of interesse heeft in veroudering.

## Hoe?

Gedurende de dag worden er naast twee plenaire sessies drie workshopsessies aangeboden. Binnen iedere sessie kan aan één workshop deelgenomen worden. We vragen naar jouw voorkeur bij de inschrijving en houden hier maximaal rekening mee.

## Praktisch

- Wanneer** Vrijdag 30 september - onthaal vanaf 8u45. Start 9u30. Einde 17u.
- Waar** Kursaal te Oostende (Kursaal-Westhelling 12, 8400 Oostende)
- Inschrijven** Via de volgende online link: <https://forms.gle/CEkd15QYCDK4urMa9>
- Prijs** €115 p.p. incl. BTW voor inschrijvingen t.e.m. 31 juli 2022 (early bird)  
€135 p.p. incl. BTW voor inschrijvingen vanaf 1 augustus 2022  
⇒ De prijs is incl. catering gedurende de dag.
- Contact** Prof. Dr. Christel Geerts ([christel.geerts@vub.be](mailto:christel.geerts@vub.be))  
Charlotte Brys ([charlotte.brys@chartoloog.be](mailto:charlotte.brys@chartoloog.be))



CHRISTEL GEERTS



Chartoloog

## Programma

**8u45-9u30 Onthaal**

**9u30-10u Algemene inleiding - ageisme: een sluipend gif**

**10u-11u20 Sessie 1: Begrijpen is een kunst**

Workshop 1: Geheugen: continuüm van alledaags vergeten tot dementie.

*Charlotte Brys, klinisch psycholoog, gerontoloog en integratief psychotherapeut, Chartoloog & Prof. Dr. Christel Geerts, professor gerontologie, VUB*

**Of**

Workshop 2: Cognitieve interventies bij MCI en dementie.

*Dr. Lies Van Assche, klinisch neuropsycholoog en familietherapeut, UZ Leuven*

**11u30-12u50 Sessie 2: Activeren is een kunst**

Workshop 1: Geheugentraining bij valide ouderen.

*Prof. Dr. Christel Geerts, professor gerontologie, VUB*

**Of**

Workshop 2: Betekenisvolle activiteiten in het WZC. Hoe kan je daar als zorgverlener in ondersteunen?

*Dr. Elise Cornelis, ergotherapeut en gerontoloog, docent - onderzoeker, Arteveldehogeschool Gent*

**12u50-14u Middagpauze**

**14u-15u20 Sessie 3: Warme zorg is een kunst**

Workshop 1: Levensmoeheid bij ouderen: inzichten en actiepunten.

*Charlotte Brys, klinisch psycholoog, gerontoloog en integratief psychotherapeut, Chartoloog*

**Of**

Workshop 2: Sense of home.

*Maite Mallentjer, auteur 'a sense of home', lector aan de opleiding orthopedagogie, AP Hogeschool*

**15u30-16u15 Slotwoord: 'take home messages' van alle workshops**

**16u15-17u Informeel napraatmoment/ networking**



CHRISTEL GEERTS



## Inhoud workshops

### Sessie 1: Begrijpen is een kunst

#### Workshop 1: Het geheugen: continuüm van alledaags vergeten tot dementie.

*Charlotte Brys, klinisch psycholoog, gerontoloog en integratief psychotherapeut & Prof. Dr. Christel Geerts, professor gerontologie*

Hoe werkt ons geheugen en wat zijn belangrijke verschillen binnen het 'vergeetcontinuüm'? Deze vragen lichten we in deze workshop uitgebreid toe. Ook staan we stil bij de manier waarop dit in de klinische praktijk onderzocht wordt en gaan we in op de werking van een geheugenkliniek.

#### Workshop 2: Cognitieve interventies bij MCI en dementie.

*Dr. Lies Van Assche, klinisch neuropsycholoog en familietherapeut*

Angst voor vergeten is één van de schrikbeelden van de oude dag. Geheugenverlies gaat immers niet zelden gepaard met een verlies van autonomie en zelfzekerheid. Samen bekijken we de mogelijkheden om mensen cognitief te stimuleren wanneer zij lijden aan een milde cognitieve stoornis of een dementie. We bespreken recente onderzoeken naar de effecten van cognitieve interventies bij ouderen. Daarnaast overlopen we de verschillende aspecten en processen van het geheugen, zodat duidelijk wordt waar moeilijkheden kunnen optreden. Tot slot illustreren we enkele technieken concreet en is er ruimte voor vragen en discussie.

### Sessie 2: Activeren is een kunst

#### Workshop 1: Geheugentraining bij valide ouderen.

*Prof. Dr. Christel Geerts, professor gerontologie*

Vergeeten? Zeg niet te snel het is de leeftijd wel! Nogal wat oudere volwassenen hebben af en toe met een vrij onschuldige (ouderdoms)-vergeetachtigheid of verstrooidheid te maken. Dit zorgt nog al te vaak voor onnodige ongerustheid en paniek. Het tast het zelfvertrouwen aan. Een betere kennis ter zake zal dan ook voor gevolg hebben dat men de ernst van "vergeten" beter kan inschatten. Ook voor zij die werken met oudere volwassenen is dit een hele opdracht. In deze workshop gaan we in op deze alledaagse vergeetachtigheid. We doen dit op een interactieve manier: samen zullen we de sessies zoals we ze 'oefenen' met oudere volwassenen doorlopen. Oefeningen inclus!

#### Workshop 2: Betekenisvolle activiteiten in het WZC. Hoe kan je daar als zorgverlener in ondersteunen?

*Dr. Elise Cornelis, ergotherapeut en gerontoloog, docent - onderzoeker, Arteveldehogeschool Gent*

Net als iedereen, hechten bewoners van een woonzorgcentrum veel belang aan betekenisvolle activiteiten. Ze hebben behoefte om activiteiten uit te voeren die ze graag doen en aansluiten bij hun interesses. Betekenisvolle activiteiten hebben een positieve invloed op de fysieke en geestelijke gezondheid, spelen een belangrijke rol in de ervaren levenskwaliteit en dragen bij tot levenszin. Een woonzorgcentrum heeft de opdracht om een aangepast activiteiten aanbod aan te bieden, maar het blijkt in de dagelijkse praktijk echter niet zo eenvoudig om die activiteiten ook daadwerkelijk betekenisvol te laten zijn voor de



CHRISTEL GEERTS



Chartoloog

bewoners. In deze workshop gaan we daar op in! We stellen de methodiek van de Betekenisvolle Activiteiten Methode (BAM) voor en staan stil bij hoe je te weten kan komen wat voor een bewoner van een woonzorgcentrum belangrijk is en hoe je daar als zorgverlener rekening mee kan houden.

### **Sessie 3: Warme zorg is een kunst**

#### Workshop 1: Levensmoeheid bij ouderen: inzichten en actiepunten.

*Charlotte Brys, klinisch psycholoog, gerontoloog en integratief psychotherapeut*

“Waarom moet ik dat pilleke nog nemen?” of “Ze mogen mij hier komen halen”. Als zorgprofessional in de ouderenzorg kan dit bekend in de oren klinken. Een link met levensmoeheid kan gelegd worden. We staan hier tijdens deze workshop bij stil. Wat wordt er onder levensmoeheid verstaan? Wat zijn onderliggende oorzaken en risicofactoren? Welke signalen kunnen er (in)direct waargenomen worden? Hoe kan hierop gepast gereageerd worden en wat kan een aanpak zijn? Deze vragen worden beantwoord op basis van praktijkervaring en literatuur.

#### Workshop 2: Sense of home.

*Maite Mallentjer, Auteur ‘a sense of home’, lector aan de opleiding orthopedagogie, AP Hogeschool*

Vlaamse woonzorgcentra moeten niet enkel focussen op kwaliteit van zorg, maar evengoed op kwaliteit van wonen en leven van bewoners. Dit weerklinkt niet alleen in de praktijk, maar krijgt ook volop weerklank vanuit het beleid. De corona-crisis vergrootte hiervoor het draagvlak binnen en buiten de sector. Met haar werkvorm ‘sense of home’ en daarbij horend ‘sense of self’ maakt Maite concreet hoe je de wens om kwaliteit van ‘wonen en leven’ in huis te verbeteren waarmaakt. De werkvorm vertrekt vanuit de noden en wensen van bewoners; vanuit zich thuis (mogen) voelen en stelt scherp hoe medewerkers van alle slag hier actief aan kunnen meewerken.

#### **Met de steun van**

