

## **JAARTRAJECT “SALUTOGENESE, OORZAKEN VAN GEZONDHEID” VOOR ZORGPROFESSIONALS**

*Het begrip “leefstijl” krijgt steeds meer aandacht als preventieve, maar óók als curatieve interventie. Om bij te blijven met het snel groeiende en zeer dynamische onderzoeksgebied van onder andere healthy aging, systeembioïogie en leefstijlgeneeskunde vat deze cursus de belangrijkste zaken uit dit veld samen en zet ze om naar toepasbare kennis en praktische handvatten voor de dagelijkse praktijk.*

### **Voor wie**

De cursus richt zich op zorgprofessionals (o.a. (para)medici) die te maken hebben met mensen met chronische aandoeningen, waaronder vermoeidheid, depressie, klachten van het bewegingsapparaat, gastro-intestinale klachten, hormonale stoornissen, auto-immuunziekten, ontstekingsklachten, kanker, hart- en vaatziekten, diabetes mellitus, psychologische klachten en metabool syndroom.

### **Inhoud**

De cursus zal ingaan op de volgende vragen:

- Hoe kan ik in mijn eigen praktijk de transitie maken van ziekte-zorg naar gezondheidszorg?
- Hoe kan ik leefstijl bij patiënten als interventie inzetten om de resultaten op mijn eigen vakgebied te optimaliseren?
- Op welke manier zijn de verschillende leefstijlgebieden van invloed op het functioneren van het lichaam?
- Wat kan ik mijn patiënten adviseren en hoe leg ik het uit?

Daarnaast zal er ruimte zijn om aan de slag te gaan met casuïstiek uit de eigen praktijk.

De thema's die aan de orde komen gedurende het jaar zijn onder andere het stress-systeem, immuunsysteem, voeding, beweging, bioritme, microbiom, psychosociale stress, de natuurlijke omgeving en zingeving.

Het doorlopen van de volledige éénjarige cursus geeft recht op het certificaat “Behandelaar in de Salutogenese”. Tevens komt men in aanmerking voor een vermelding op de website [www.cursussalutogenese.nl](http://www.cursussalutogenese.nl) bij de lijst met “Behandelaren in de Salutogenese”.

### **Opbouw cursus**

De volledige cursus bestaat uit 8 dagen, verspreid over 1 jaar. Na het volgen van de ééndaagse basis cursus (welke in Utrecht en Maastricht wordt gegeven) kan het jaartraject worden gevolgd.



### Basiscursus:

Eéndaagse basiscursus (10 tot 17 uur, incl. lunch) waarbij het stress-systeem en het immuunsysteem centraal staan. Deze basiscursus wordt op verschillende plaatsen in het land gegeven, te weten:  
vrijdag 29 maart in Utrecht  
vrijdag 12 april Maastricht

### Jaartraject:

Zodra de ééndaagse basiscursus gevolgd is, kan deelgenomen worden aan het jaartraject (10 tot 17 uur):

vrijdag 28 juni 2019 (voeding)  
vrijdag 13 september 2019 (beweging)  
vrijdag 1 november 2019 (psycho-sociale stress)  
vrijdag 13 december 2019 (bioritme)  
vrijdag 31 januari 2020 (natuurlijke omgeving)  
vrijdag 20 maart 2020 (microbioom)  
vrijdag 17 april 2020 (zingeving)

De cursuslocatie van het jaartraject is CNME/Natuurtuinen, gelegen aan de Drabbelstraat 7 in Maastricht. Koffie en thee worden verzorgd. Men neemt steeds een eigen lunch mee, behalve tijdens de basismodule waarbij de lunch is inbegrepen.

### **Kosten**

Kosten voor het complete traject (incl. basiscursus) bedragen 1250 euro incl. koffie, thee en cursusmateriaal (excl. btw).

Deelname aan alleen de ééndaagse basiscursus kost 175 euro incl. koffie, thee, lunch en cursusmateriaal (excl. btw).

### **Accreditatie**

Er is geen accreditatie aangevraagd. Desgewenst kan men het certificaat aan de eigen beroepsvereniging voorleggen.

### **Meer informatie en aanmelden**

Voor meer informatie en aanmelden: [info@praktijksalutogenese.nl](mailto:info@praktijksalutogenese.nl). Geef bij aanmelding aan of je alleen de basiscursus of het gehele jaartraject wenst te doorlopen, en op welke locatie je aan de basiscursus wenst deel te nemen. Eventueel kun je na afloop van de basiscursus besluiten om alsnog het gehele jaartraject te doorlopen, waarbij de kosten verrekend worden. Houd wel rekening met een beperkt aantal plaatsen.