Gezond inzetbaar
zorg voor jezelf
zorg in de keten

Voorlopig Programma 'Gezond inzetbaar' – 1 juni 2016

(*Accreditatiepunten zijn aangevraagd*)

08.30 – 9.30	Registratie en ontvangst
9.30 – 10.00	Welkomstwoord door bgen-arts J. de Graaf
10.00 – 11.00	Gezondheidszorg: de aanslagen in Parijs, door de Franse generaal P. Godart (in het Engels)
11.30 – 12.30	Subsessie ronde 1*
12.30 –14.15	Lunch
14.15 – 15.15	Subsessie ronde 2*
15.30 – 16.30	Subsessie ronde 3*
16.30 – 17.30	Afsluitende borrel

*Subsessies (alfabetisch)

- **Bescherming en preventie: inzet onder extreme omstandigheden**

  Woestijnzand, stof, extreme hitte, geen directe drinkwatervoorziening, vreemde insecten, uitheemse infectieziekten, ver van huis… Kortom: geen alledaagse werkomgeving. In deze interactieve workshop maken we inzichtelijk, aan de hand van de operationele planningscyclus, -hoe we deze risico's inventariseren, hoe we komen tot adviezen over bescherming en vervolgens ook hoe we het effect van die bescherming meten. Wat is jouw rol hierbij en waar kunnen wij je bij ondersteunen? Het CEAG illustreert dit aan de hand van actuele thema's en onderwerpen. We dagen je ook uit mee te denken om innovatief bij te dragen aan het versterken van de inzetbaarheid van het personeel van Defensie.

- **Coördinatie eerstelijnszorg: wie doet wat?**

  In de eerstelijnszorg bevindt zich een wirwar aan oude en nieuwe spelers: commandanten, personeelsfunctionarissen, artsen bij de operationele eenheden, het Eerstelijns Gezondheidszorg Bedrijf (EGB), het individu…

  Verschillende spelers uit de keten krijgen prikkelende stellingen voorgelegd. Doel: de keten zichtbaar en helder maken. Ook jij kunt reageren en actief deelnemen aan deze sessie. Hoe ziet die zorg in de keten er nu uit?

- **De helende kracht van Yoga**

  Yoga is een eeuwenoude traditie vanuit India. Dat yoga helende werking kan hebben is in de oosterse geneeswijzen een algemeen goed. In de westerse geneeskunde zijn wij nog niet zover, hoewel yoga steeds populairder wordt in onze samenleving. Het yoganetwerk van Defensie is al enkele jaren bezig de positieve effecten van yoga te verspreiden en sinds kort bezig dit structureel in te bedden bij de Nederlandse Krijgsmacht. Binnen de krijgsmacht kan yoga haar plek vinden als onderdeel van sport en ontspanning, ter ondersteuning van mentale vorming in initiële opleidingen, als onderdeel van de behandeling van depressie of PTSS bij de MGGZ en yoga wordt ingezet als onderdeel van het reguliere revalidatietraject op het MRC. In deze workshop leert Charlotte Simons, militair arts, je kennismaken met de helende kracht en *evidence* van yoga. Ben je nieuwsgierig geworden of heb je nog steeds vooroordelen? Ontdek het zelf!

- **DTD: Viering van de oprichting**

  Drie operationele commando's met elk de eigen geschiedenis en organisatiestructuur samenvoegen tot één professionele dienst. Al in 2006 kwamen de staftandartsen in samenwerking met de toenmalige DMG tot de conclusie dat een gezamenlijke tandheelkundige organisatie voor Defensie het hoofd zou kunnen bieden aan gesignaleerde uitdagingen en problemen. Na een lange periode bepaalde de commissie Leijh uiteindelijk in overleg met alle betrokken partijen de noodzakelijk basis: het medische voorzieningenniveau. Inmiddels is het Definitief Reorganisatieplan voor de Defensie Tandheelkundige Dienst (DTD) een feit. Op 1 juni gaat de paarse tandheelkundige organisatie van start. Hoe gaan we die kwalitatief hoge mondzorg, waar ook ter wereld, eenduidig krijgen?

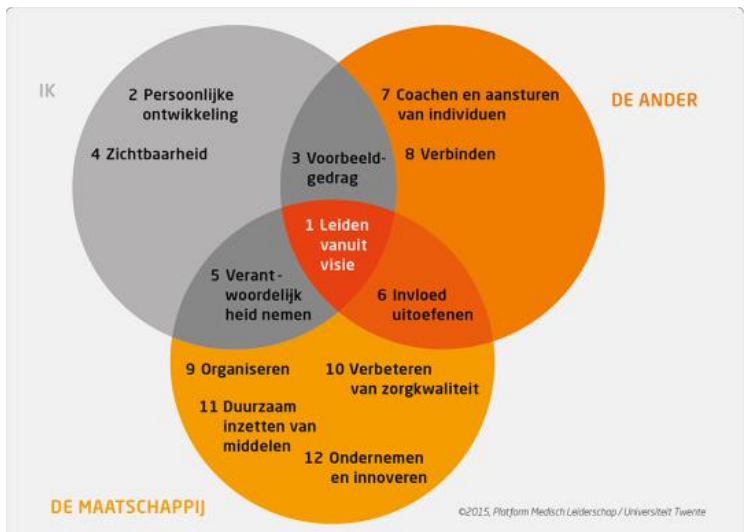
  Deze sessie is uitsluitend voor medewerkers van de DTD.

- **Fieldlabs TGTF: werken aan duurzame inzetbaarheid in het veld**

  Wanneer ben ik geacclimatiseerd? Welke voeding(suppletie) versnelt mijn herstel na zware inspanning? Hoeveel moet ik eten tijdens een koudweertraining? Hoe herken ik stress en kan ik toch optimaal functioneren? Wat heeft mijn persoonlijkheidsprofiel hiermee te maken? Zomaar een greep uit een reeks van vragen waar de Fieldlabs van TGTF antwoord op willen geven. De Fieldlabs werken aan het op continue basis verzamelen en borgen van meetgegevens over de fysieke en mentale belasting van de individuele militair, zowel in opleiding als paraat. Niet meten om het meten, maar om inzicht te krijgen, te spiegelen, te adviseren, te veranderen en te verankeren. Vanuit een holistische benadering, dus werken met informatie die relevant is voor zowel de individuele militair als het kaderlid, de opleider en de zorgprofessional. De uitdagingen die de Fieldlabmanagers in het veld tegenkomen raken de kern van waar de beweging rondom duurzame inzetbaarheid binnen Defensie over gaat: hoe kunnen professionals de individuele militair in gezamenlijkheid en vanuit een ketengedachte ondersteunen in zijn/haar taakstelling met behoud van gezondheid en vitaliteit? Wat betekent het om daadwerkelijk multidisciplinair te werken aan meer preventief gerichte zorg en hoe richten we die zorg in? Hoe geven we invulling aan taakspecifiek testen en professioneel trainen/begeleiden in het generieke opwerkingstraject van militairen? De Fieldlabmanagers delen hun ervaringen en geven hun visie in deze sessie.

- **'Focus'**
  In zijn eentje stak hij de Noordpool over om een documentaire te filmen…. Gekkenwerk, of? Oud-commando en avonturier Wilco van den Akker, maakt regelmatig solo expedities te voet over ijs, door de jungle en woestijn. Met zijn verhalen inspireert hij anderen. Veerkracht, omgaan met stress, energiemanagement, planning en voorbereiding, conditionering, prestatiedrang en natuurlijk valkuilen. Een openhartige presentatie vanuit de CAN DO mentaliteit.

- **Medisch leiderschap: hoe inspirerend ben je zelf?**
  Verbeter de wereld, begin bij jezelf. Medisch leiderschap is 'verandering in de gezondheidszorg mogelijk maken door jezelf, anderen en de maatschappij'. Hoe kun je, als (para)medicus, die rimpeling veroorzaken waardoor de wereld om je heen verandert? Hoe stimuleer je eigen regie? Hoe combineer je zorg en leiderschap tot die betere inzetbaarheid? Platform Medisch Leiderschap laat zien wat je moet leren en weten om een goed medisch leider te zijn.



- **Mentale training: een ‘koud’ kunstje**

  Onder luid applaus van bewonderaars wereldwijd heeft Wim Hof, bekend als ‘the Iceman’, vele records verbroken door de confrontatie aan te gaan met de kou. The Iceman heeft aangetoond waar het menselijk lichaam toe in staat is zodra je je daar fysiek en mentaal toe zet. Met zijn uitdagingen trekt hij ook de aandacht van wetenschappers wereldwijd. Het UMC St Radboud Nijmegen is een van de vele wetenschappelijk instituten die Wim de afgelopen jaren heeft onderzocht. In deze sessie komt Wim Hof eerst zelf aan het woord gevolgd door biowetenschapper Matthijs Kox van het UMC St Radboud Nijmegen.

- **Meten = Weten**

  Tegenwoordig zijn er steeds meer handige apps om de gezondheid te meten. Bio-Check is een wetenschappelijk onderbouwde methode, ontwikkeld met de hulp van olympische sporters, om revalidanten beter te monitoren gedurende het revalidatieproces. Meten is weten! Met objectieve metingen monitoren zij real-time in welke vorm een patiënt of revalidant zich bevindt. Hierdoor het revalidatieproces direct ondersteunend, het beste uit zichzelf halen.
  Momenteel wordt het systeem gebruikt door de deelnemers aan de Invictus Games. De resultaten en effecten van deze metingen komen in de presentatie zeker ook aan de orde. Of Nederland hierdoor zijn medaillekansen heeft vergroot, weten we op 1 juni zeker!

- **MH17: het ontwerpen van een keten**

  Op donderdag 17 juli stort boven het oosten van Oekraïne vlucht MH 17 neer. Aan boord 298 mensen, onder wie 196 Nederlanders. Het identificeren en thuisbrengen van deze slachtoffers was de taak van het Landelijk Team Forensische Opsporing (LTFO). Een draaiboek lag er niet. En bovenal: dit kan je niet alleen. De ervaringen in dit proces, samen met de internationale belangen en uitdagingen, kan niemand beter verwoorden dan de teamleider van het LTFO zelf: dhr Arie de Bruijn.

- **Militaire Gezondheidszorg na Parijs: hoe doen wij dat?**

Aanslag Nederland

GENÈVE (ANP/RTR) - Rusland heeft opnieuw uiting gegeven aan zijn groeiende bezorgdheid over het bezit van chemische wapens door Islami-tische Staat. Minister Sergej Lavrov van Buitenlandse Zaken zei dinsdag tijdens een VN-conferentie in Genève dat inmiddels ook andere groepe-ringen in het Midden-Oosten proberen dit soort wapens in bezit te krijgen.

Zomaar een krantenbericht? Terrorisme komt steeds dichterbij. Na de aanslagen in Parijs is nog duidelijker dat het iedereen overal kan overkomen. We moeten ons daar steeds weer en misschien ook anders op voorbereiden dan voorheen. Wat betekent terrorisme voor onze zorg in de keten? Hoe pakken we dat op dit moment aan en met welke partners doen we dat samen? Diverse ketenpartners gaan aan de hand van een scenario in discussie met elkaar en de zaal.

- **Remote healthcare: let's make things better**

Philips is altijd in beweging om het beter te maken. Remote healthcare biedt zorg op maat, óók als je werkt op afgelegen of verlaten plaatsten. Je wilt dan niet alleen toegang tot eerstelijns expertise, je wilt eigenlijk het brede pallet aan zorgactiviteiten tot je beschikking. En dat kan! De toekomst voor de gezondheidszorg? Een ontwikkeling die bijdraagt aan een gezonde inzet? Waar zien wij de militaire toepassing en hoever kunnen wij hierin gaan? Voel je vrij om je vragen, ook de kritische, te stellen aan een expert op dit gebied. Philips' missie: ons leven makkelijker maken door zinvolle innovaties.

PHILIPS

- **Samen slimmer**

Ben jij werkzaam in het medisch werkveld, en wil jij jouw kennis of ideeën delen om de militaire gezondheidszorg te verbeteren? Dan is deze sessie voor jou! Twee weten meer dan één, samen zijn we dus slimmer. Door gebruik te maken van elkaars innovatieve kracht kunnen we de militaire gezondheidszorg verbeteren.

Tijdens deze bijeenkomst wordt ingegaan op de mogelijkheden om vanuit het werkveld invloed uit te oefenen op de organisatie. Allereerst wordt kort ingegaan op het zelflerend en innoverend vermogen van organisaties. Daarna worden aan de hand van stellingen de deelnemers geprikkeld om eigen ervaringen en ideeën met dit thema te ventileren.

- **Veerkracht** [Resilience]

  Hoe pak je je leven weer op nadat je een zware verwonding hebt opgelopen tijdens een uitzending? Een dergelijk 'life changing event' heeft grote gevolgen voor de toekomst van een militair. Na langdurige revalidatie begint het herstel pas echt, met goede en met slechtere dagen. In deze sessie geen complexe analyses, maar ervaringsdeskundigen aan het woord. Deze militairen konden putten uit innerlijke kracht en hebben deze moeilijke periode het hoofd weten te bieden ('coping'). Zij hebben een manier gevonden om te overwinnen en staan weer volop in het leven, sterker dan voorheen. Veerkracht in de zuivere vorm:
  'Vulneratus Nec Victus' - gewond, maar niet verslagen -.

- **Wink Wink: nudging innovatie in de publieke gezondheidszorg**

  Nudgen, een nieuw fenomeen: mensen een duwtje geven in de richting van een gezondere keuze, zonder de slechtere keuze weg te halen. Denk aan fruit plaatsen op ooghoogte. Hoever zijn we al met nudgen? En wat is daarbij nog ethisch verantwoord? Kan nudgen bijdragen aan een gezondere inzet binnen Defensie? In deze interactieve workshop neemt prof. dr. Denise de Ridder van de Universiteit Utrecht je mee in deze fascinerende wereld.