

OTRO Elements Care 2.0

PROGRAMMA

1e dag: DAGTHEMA: Introductie tot de nascholing

- Reis, aankomst Alagna Valsesia, welkomstwoord en lunch, wandeling naar Val d'Otro
- **Introductie & kennismaking** – Waarsenburg & Landgraaf
- Diner Herberg 'Zar Senni', overnachting Val d'Otro

2e dag: DAGTHEMA: Leefstijlgeneeskunde, hormonen & stress

- Ontbijt Zar Senni
- **Introductie op het thema Leefstijlgeneeskunde** – Hoenders
- **Wij zijn onze hormonen** – Nieuwdorp
- **Snelle veroudering bij diabetes** – Nieuwdorp
- Vrije tijd, wandeling & lunch
- **Workshop: Duurzame gedragsverandering** – Hoenders & alle docenten
- Diner Herberg 'Zar Senni', overnachting Val d'Otro

3e dag: DAGTHEMA: Compassie en zingeving in de zorg

- Ontbijt Zar Senni
- **Compassie in de zorg, krachtbron of valkuil?** – Waarsenburg
- **Zingeving in de zorg** – Hoenders
- Vrije tijd, wandeling & lunch
- **Stress en burn-out onder medisch specialisten** – allen
- Diner 'ZamHus', overnachting Val d'Otro

4e dag: DAGTHEMA: Klinische toepassing leefstijl geneeskunde

- Ontbijt Zar Senni
- **Total Pain** – de Clercq
- **(GI)obesitas** – Landgraaf
- **Healthy aging** – Hoenders
- Vrije tijd, wandeling & lunch
- **Workshop implementatie** – Waarsenburg, Hoenders
- **Workshop implementatie** – Allen
- Pizza avond bij Checco, overnachting Val d'Otro

5e dag: DAGTHEMA: Integratie en evaluatie

- Uitchecken en ontbijt Zar Senni
- **Evaluatie persoonlijke leerdoelen & integratie** – alle docenten
- Wandeling terug naar Alagna en lunch Zam Tachji
- Transfer naar vliegveld Milaan of naar Albagnano voor optionele fieldtrip