

Slaapproblemen bij mensen met een verstandelijke beperking

Handvatten voor het signaleren en begeleiden

📅 Donderdag 16 januari 2025

Wegens succes herhaald

Programma

🕒 **9.00 - Ontvangst met koffie, thee en uitreiking congresmap**

🕒 **9.30 - Opening door dagvoorzitter - Nieuwe inzichten in slaapzorg**

Annelies Smits, Arts voor Verstandelijke Gehandicapten en somnoloog Sein

Slaapproblemen komen veel voor bij mensen met een verstandelijke beperking, enerzijds vanwege hun kwetsbaarheid op dat vlak, maar veel problemen ontstaan ook door hun zorgafhankelijkheid. Wij gaan stil staan bij deze factoren en hoe ze elkaar beïnvloeden. Dat levert inzichten op aan welke knoppen gedraaid kan worden om de situatie te verbeteren.

De nieuwe richtlijn 'Gezonde slaap en slaapproblemen in de WLZ (2023)' geeft een overzicht van slaapzorg en geeft richting aan het proces van ontdekken, in kaart brengen en behandelen van slaapproblemen. Op welke manier kan de richtlijn binnen jouw organisatie helpen om slaapzorg onder te brengen in de basiszorg en een goede werkwijze te ontwikkelen voor vragen van cliënten en medewerkers?

🕒 **10.30 - Koffie- en theepauze**

🕒 **10.45 - Meten is weten**

Naomi van den Broek, Arts voor Verstandelijke Gehandicapten Kempenhaeghe

- > Hoe kun je slaap in kaart brengen
- > Hoe kun je slaapstoornissen diagnosticeren
- > Praktische handvatten voor het signaleren en diagnosticeren van slaapproblemen
- > Tevens blik naar de toekomst: mogelijkheden om slaaponderzoek minder belastend te maken en opties t.a.v. commerciële wearables en nearables

🕒 **11:45 - De kracht van een multidisciplinaire aanpak**

Almar van Suijdam, Arts voor Verstandelijke Gehandicapten en

Cathelijne Linders, orthopedagoog

Expertisecentrum slaapstoornissen bij mensen met een verstandelijke beperking 's Heeren Loo

- › Hoe een samenwerking tussen verschillende disciplines de effectiviteit van slaapbehandelingen kan verbeteren
- › Gedragmatige behandelmethoden en hun toepassing in de praktijk
- › Innovatieve hulpmiddelen voor slaapverbetering die zowel voor als tijdens de slaap kunnen worden ingezet
- › Afwegingen in de behandeling

🕒 12.45 - Verzorgde lunch

🕒 13.45 - Sensomotorische integratie en slaapproblematiek

Merian Rijnsaardt, fysiotherapeut en SI-therapeut/consulent bij Stichting Philadelphia zorg

- › Wat is de relatie tussen slaapproblemen en sensomotorische integratie?
- › Verschillende alertheid toestanden - wat kunt je doen gedurende de dag?
- › Welke prikkels dragen bij aan slaapproblematiek?
- › Hoe reageert je cliënt op verschillende prikkels?
- › Hoe maak je een specifieke aanpak op basis van de sensorische informatieverwerking?

🕒 14.45- Koffie- en theepauze

🕒 15.00 - Slapen in de zorg - hoe slapen zij en hoe slaap jij?

Janine Breukelman, GZ-psycholoog/gedragsdeskundige en voorzitter Slaapteam St. Philadelphia
Zorg

- › Het creëren van een slaapvriendelijke omgeving
- › Hoe pas je slaaphygiëne toe in je eigen organisatie?
- › Aanbevelingen om de slaapkwaliteit van je cliënten daadwerkelijk te kunnen verbeteren
- › Bespreking casuïstiek om inzicht te krijgen in effectieve slaapinterventies

🕒 16.00 - Afsluiting door de dagvoorzitter