

Gezond Denken, Gezond Doen: Onderwijs als Motor

Leefstijl vertalen naar onderwijs

Prof. Dr. Marjolein van de Pol

UMCNL/OCG, Radboudumc, radboud universiteit, huisarts



Radboud Universiteit



Radboudumc

Outline

- Toen en nu in het onderwijs
- Een casus
- De stap van aandacht voor, naar verdieping over leefstijl..
- Goed onderwijs als motor
 - Rolmodellen
 - Praktische handvatten



Toen en nu



LICHAAMS-
FUNCTIES



MENTAAL
WELBEVINDEN



ZINGEVING



KWALITEIT VAN
LEVEN



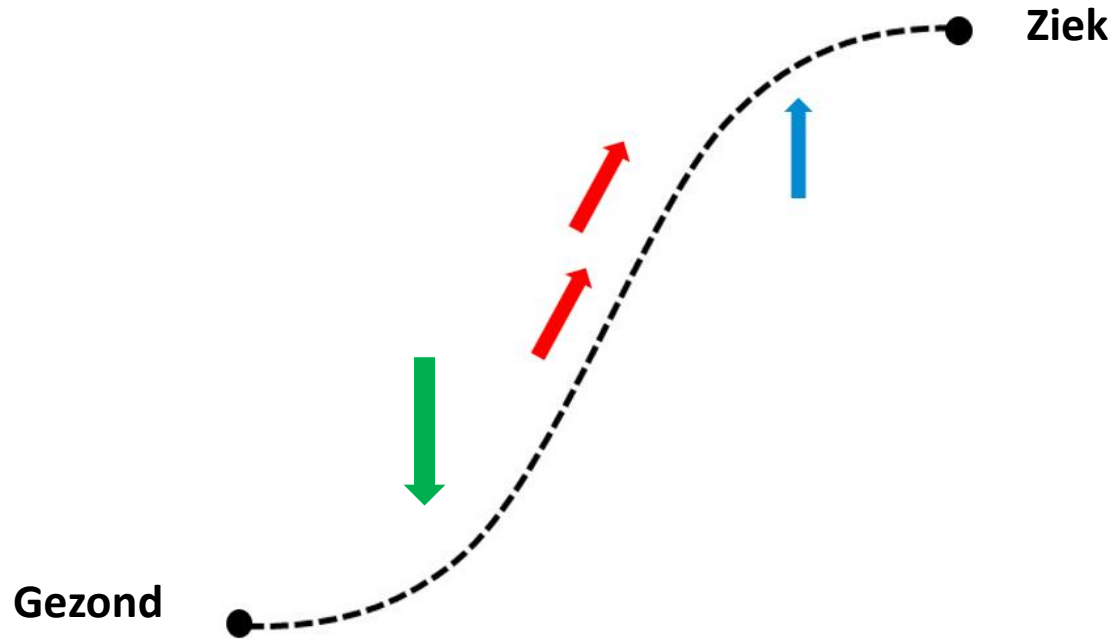
SOCIAAL
PARTICIPEREN



DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



Herman met diabetes type 2



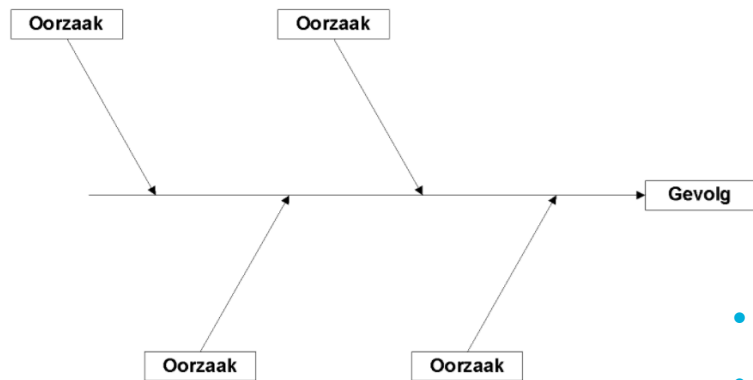
Wat leert deze casus ons?

- Het verhaal achter leefstijlgerelateerde aandoeningen is complex
- Interacties met de omgeving vormen ons unieke verhaal
- Aangrijpingspunten voor onderwijs

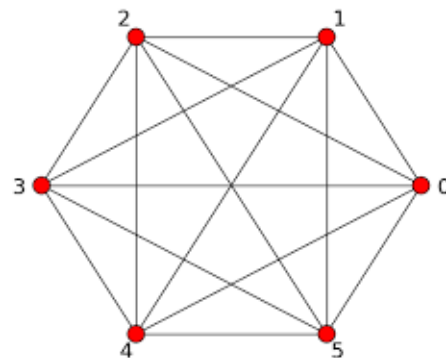


Verdieping over leefstijl

- Complexiteit omarmen
- Handvatten bieden aan studenten

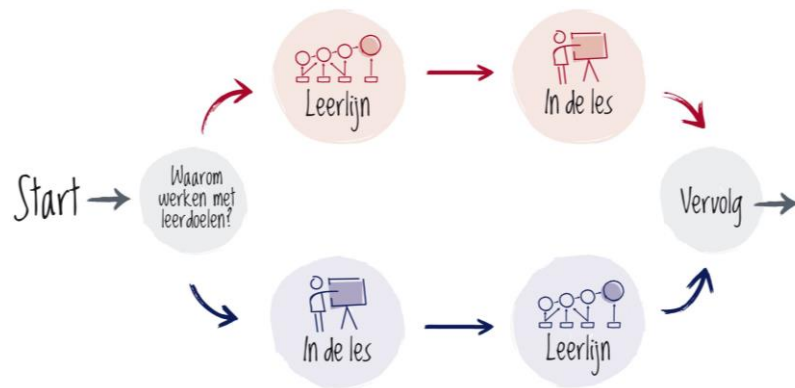


- $A \rightarrow B \rightarrow C$
- $A+B$ op tijdstip C in situatie $D \rightarrow$
E bij F



Hoe doen we dat nu?

- Longitudinale leerlijnen
 - Vaker laten terugkomen
- Verbinding met de praktijk
 - Leefstijlzogloket
- → Uitdaging om het niet plat te slaan naar 'gewoon gezonder leven'
- → concurrentie met andere inhoud



Uit onderzoek blijkt

- Complexiteit opbouwen
- Taal bieden aan studenten
- Actief bestuderen van literatuur
- Betrekken op het eigen leven en oefeningen laten doen geeft verdieping



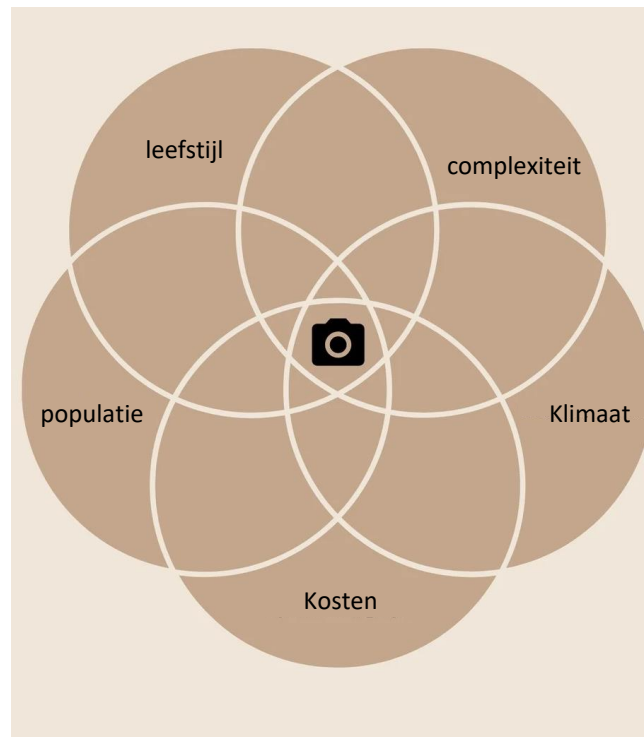
Rolmodellen en praktische handvatten

- Zorg voor fysiek onderwijs
 - Slijpsteen voor de geest
 - Bron van verbinding
- Rolmodellen: Docenten die 'hardcore' medisch verbinden met leefstijl
- Praktijkstages
 - Kennen $\neq$ weten
- Normaliseren van aandacht voor leefstijl
- Gebruik leefwereld student: 'eiwitshakes'



Conclusies

- Leefstijl heeft inmiddels een plek in het onderwijs
- Uitdaging in normaliseren en verdieping
- Uitdaging in verbinding met de praktijk
- Blijven door ontwikkelen



Ruimte voor vragen

Marjolein.vandepol@radboudumc.nl



Radboud Universiteit



Radboudumc