



Niet alleen op de wereld met VITALIS

Voeding voor Initiatief: Transdisciplinair onderwijs voor een Adequate preventieve
Leefstijl In Senioriteit

Feb 2022-Feb 2025

Marlies Wagener, Hogeschool Rotterdam
Eva Creutzberg, Hogeschool Inholland Haarlem
Namens het VITALIS consortium
Congres Leren en Leefstijl, 26 nov 2025



Even voorstellen

Marlies Wagener, PhD

Hogeschool Rotterdam Fysiotherapie

Docent-onderzoeker Kenniscentrum Zorginnovatie

Achtergrond: fysiotherapie,
gezondheidswetenschappen, Arbeid en
Gezondheid,
gepromoveerd op
HIV & arbeidsdeelname

m.n.wagener@hr.nl



Even voorstellen

Eva Creutzberg, PhD

Hogeschool Inholland Haarlem, Sportkunde

Docent voeding en leefstijl bij gezondheid en ziekte

Onderzoeker bij lectoraat Gezondheid en Welzijn van kwetsbare ouderen

Achtergrond: gezondheidswetenschappen, gepromoveerd op ondervoeding bij patiënten met COPD

eva.creutzberg@inholland.nl



Programma

Onderwerp	Tijd
Ondervoeding bij ouderen	10 min
VITALIS-project, met 2 werkvormen:	5 min
• <i>Over de streep!</i>	10 min
• <i>Model Positieve Gezondheid</i>	10 min
Bespreken van inzichten en uitdagingen van interdisciplinaire opleiden binnen VITALIS	10 min



Ondervoeding bij ouderen



Ouderen in Nederland

In 2020 is circa 1 op de 5 mensen een 65-plusser.



In 2040 is circa 1 op de 4 mensen een 65-plusser.



In 2020 is circa 1 op de 21 mensen een 80-plusser.



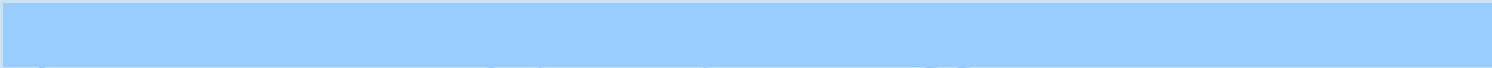
In 2040 is circa 1 op de 12 mensen een 80-plusser.



Bron: Min. VWS (2021). *Dialognota Ouder Worden 2020 – 2040*. Geraadpleegd op 12-11-2025 via: <https://open.overheid.nl/documenten/ronl-a9955383-ccaa-4703-80da-fbeb334285ec/pdf>.

Prevalentie bij thuiswonende ouderen

Hoe vaak komt (hoog risico op) ondervoeding voor bij ouderen?

- *Bij 8,5% van alle thuiswonende 65-plussers.*
- *Bij 16% van de thuiswonende kwetsbare 65-plussers. Denk aan ouderen met thuiszorg, een slechte eetlust, ouderen die minder mobiel of alleenwonend zijn.*
- *Bij 19% van de thuiswonende 85-plussers.*
- 

Bronnen:

Bron: Kruizenga, H. et al. (2016), geraadpleegd op 12-11-2025 via: [Undernutrition screening survey in 564,063 patients: patients with a positive undernutrition screening score stay in hospital 1.4 d longer1](#)

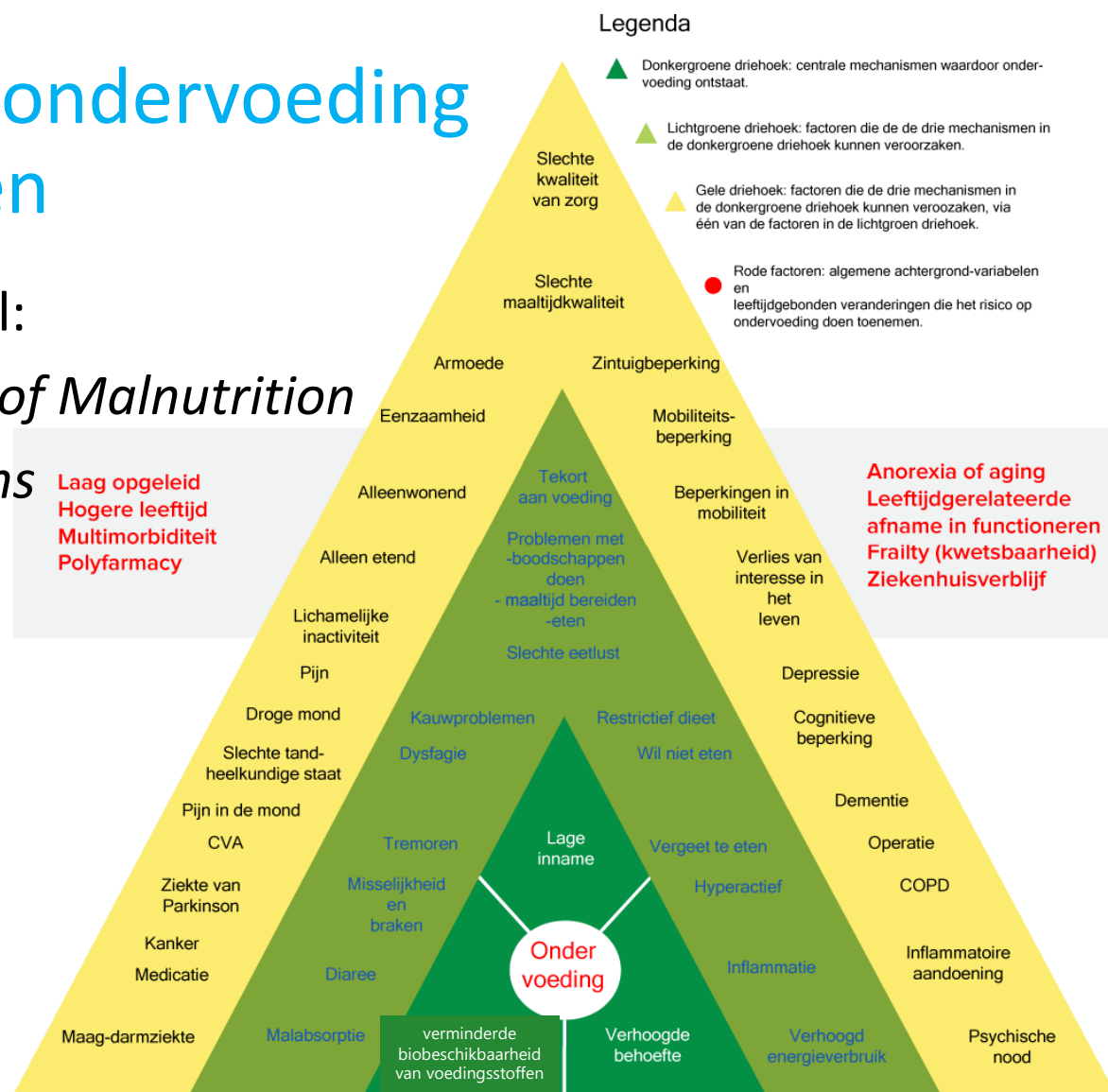
Zügül, Y. et al. (2023), geraadpleegd op 25-11-2025 via: [Prevalence of Undernutrition in Community-Dwelling Older Adults in The Netherlands: Application of the SNAQ65+ Screening Tool and GLIM Consensus Criteria](#)

Oorzaken ondervoeding bij ouderen

DoMAP-model:

Determinants of Malnutrition

in Aged Persons

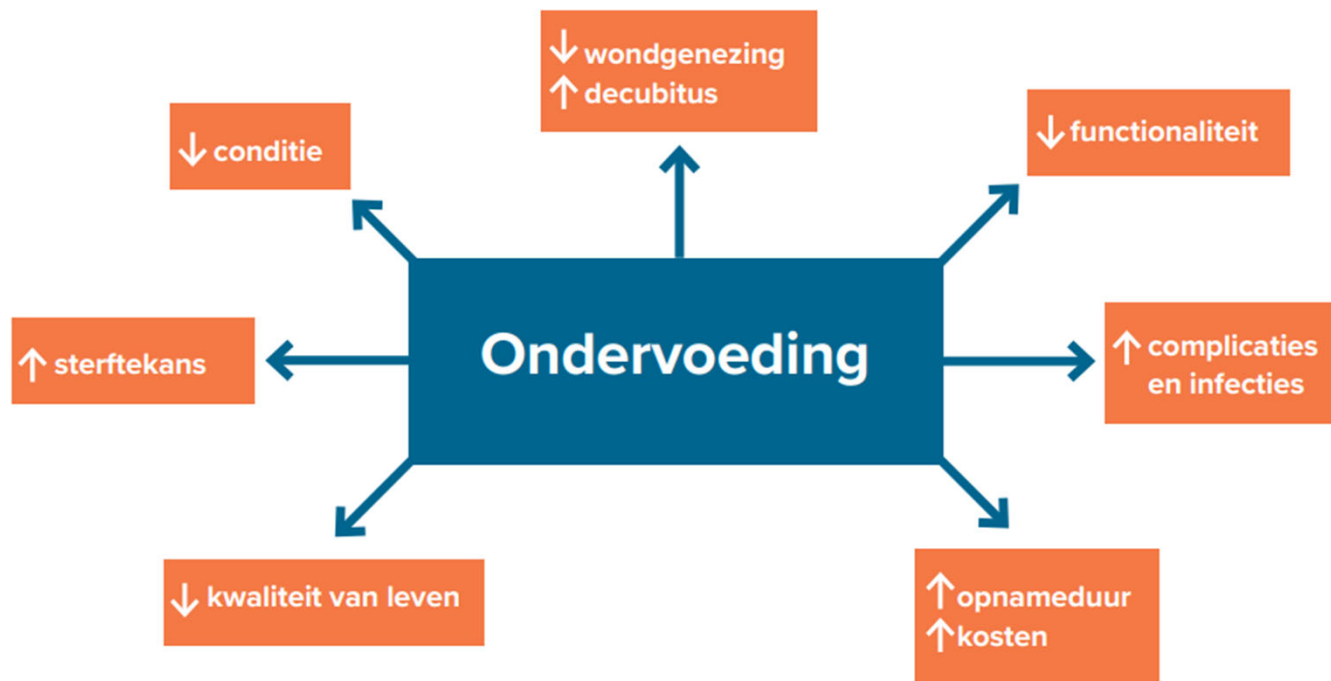


Bron: [Algemene informatie en signalering - Kenniscentrum Ondervoeding](#), geraadpleegd op 25-11-2025.

Reuk en smaak bij ouderen



Mogelijke gevolgen van ondervoeding



Bron: Kruizenga, H. et al (2019) *Richtlijn Ondervoeding*, geraadpleegd op 25-11-2025 via [SoV01-Richtlijn-Ondervoeding-februari-2019-met-addendum-september-2021.pdf](#)



VITALIS

Doelstelling VITALIS

Primair beoogt VITALIS door middel van **transdisciplinair** onderwijs rond voeding, beweging, ontspanning en sociaal welzijn (I)

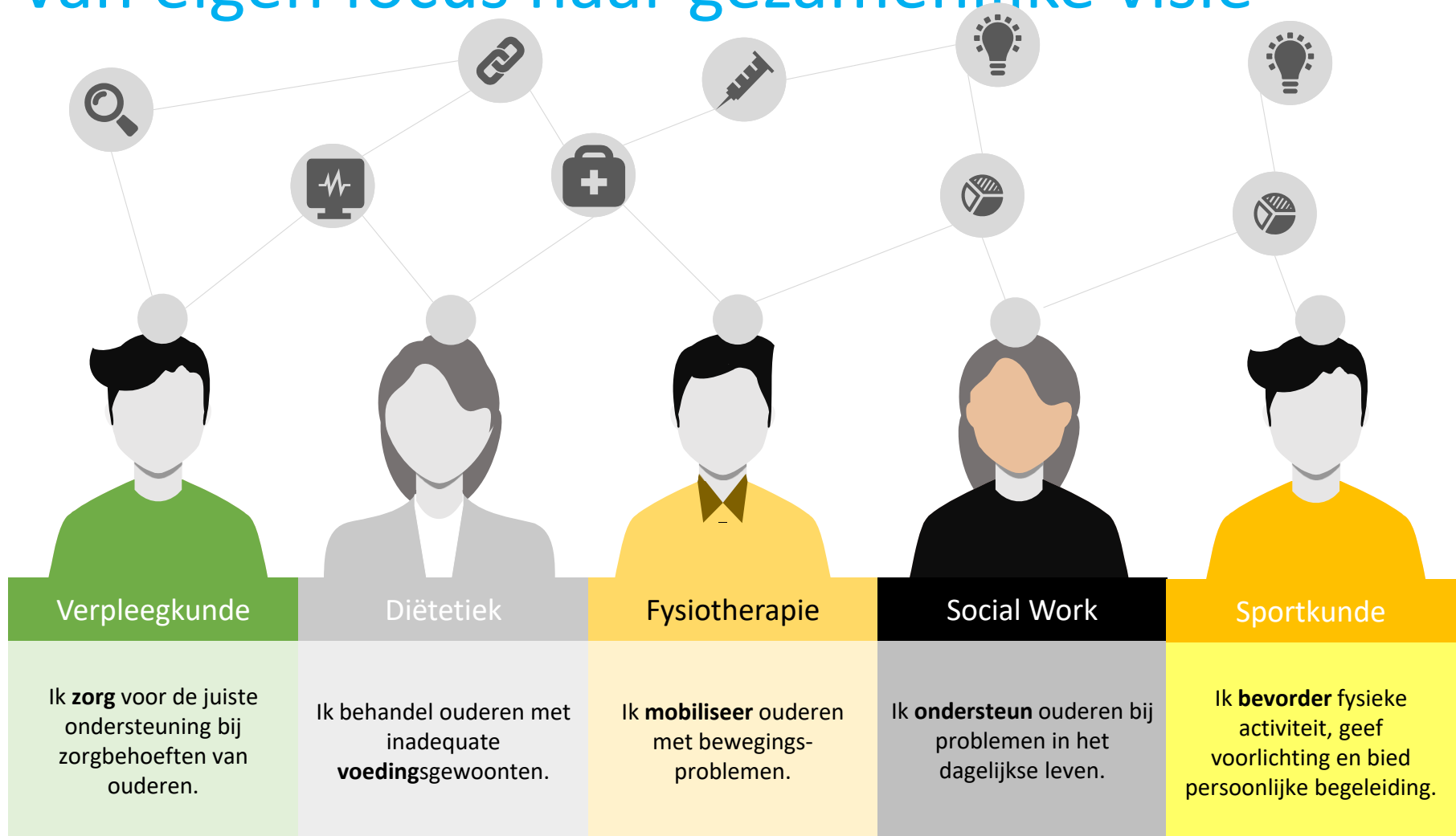
een verbetering in de attitude, kennis en vaardigheden ten aanzien van de integrale preventie van ondervoeding bij senioren (O)

van hbo-studenten **Diëtetiek, Fysiotherapie, Social Work, Sportkunde en Verpleegkunde** (P).

Secundair beoogt VITALIS door middel van de verbeterde attitude, kennis en vaardigheden (I) bij te dragen aan de tijdige, adequate en integrale preventie van ondervoeding (O) bij thuiswonende senioren (P).

Population **Intervention** **Outcome**

Van eigen focus naar gezamenlijke visie



ONTWIKKELBOOM

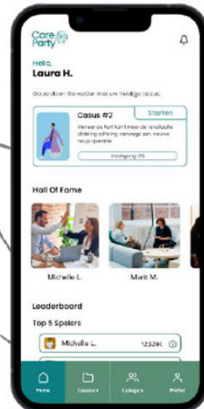
Activiteiten
Projecten
Experimenten



Signaleringskaart
ondervoeding testen SW



Virtuele casussen
interdisc. samenw.



Tamagotchi-patiënt
transdisc. samenw.

DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Themaachtend
preventie ondervoeding

inholland
hogeschool



Interprofessioneel voedingsloket



55+ fitfestival door
studenten & senioren

Engaging Aging
Transdisc. professioneel samenwerken en ontwerpen



Transdisc. minor
waardevol ouder worden

Resultaten

Verbetering in de attitude, kennis en vaardigheden ten aanzien van de integrale preventie van ondervoeding bij senioren van hbo-studenten Diëtetiek, Fysiotherapie, Social Work, Sportkunde en Verpleegkunde.

Ambitie

Preventie van ondervoeding bij senioren als onderdeel van vitaal ouder worden in de wijk.

Bedoeling

Waardevol en met functiebehoud ouder worden in de wijk.

Werkvorm HR





OVER DE STREEP



Ik hoor bij de ouders.



**Bij de ouder wordende mens is bewegen
belangrijker dan voeding.**



Werken met ouderen in een interprofessionele setting moet onderdeel zijn van elke zorg- en welzijnsopleiding.

Themaachtend Interprofessioneel werken

- Social Work & Sportkunde
- InHolland



SPORTKUNDE



Themaochtend voor studenten Social work en Sportkunde

Preventie van ondervoeding bij thuiswonende ouderen

Doel:

- Van elkaar leren: wat doen we; waar komen we elkaar later tegen in het werk?
- Hoe kunnen we cliënten zo goed mogelijk begeleiden met inbreng van onze beider expertise?

Programma:

Onderdeel	Tijd (uur)
Welkom, uitleg en vragenlijst	9.30 - 9.40
Wat is interprofessioneel werken	9.40 – 10.00
Samenwerken Sportkunde en Social Work	10.00 - 10.30
Ouderen in de wijk: belang van preventie en empowerment	10.30 – 10.50
Koffiepauze	11.00 – 11.10
- Social Work: belang van goede voeding bij ouderen	11.10 - 11.45
- Sportkunde: belang van bewegen met ouderen	
Interprofessionele casus: oudere met risico op ondervoeding inclusief pitchen	11.45 – 12.25
Vragenlijst en afsluiting	11.25 - 12.30



Mét partner uit de wijk

Ouderen van Oppeppers -
Kennemerhart Haarlem (innovatieve en
eigentijdse dagbesteding)

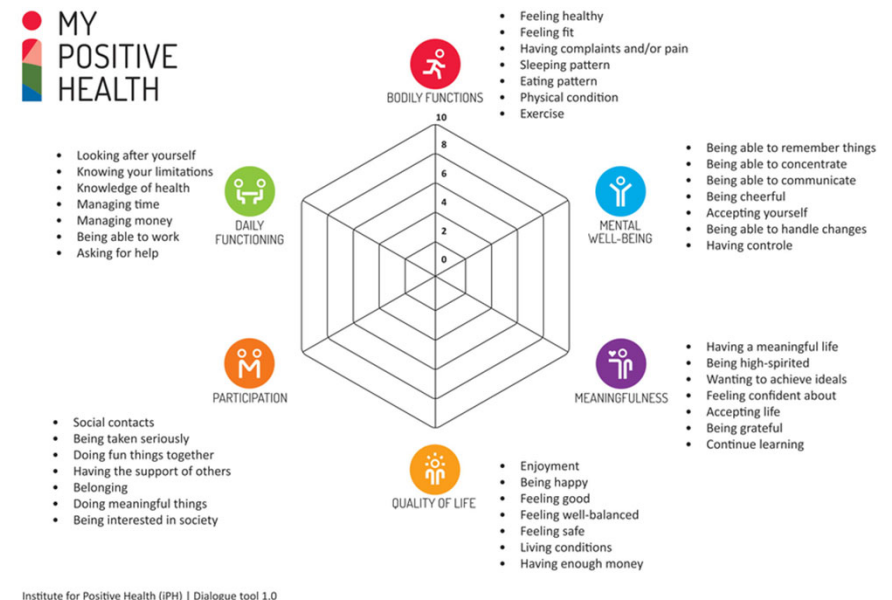


SPORTKUNDE



Model positieve gezondheid

- Maak groepjes van 3–5 personen.
- Je ontvangt een casus over één domein van het model Positieve Gezondheid.
 - Hoe zouden jouw studenten vanuit hun expertise aan deze casus kunnen bijdragen?
 - Welke taken en rollen zouden zij hebben?
 - Welke overeenkomsten en verschillen zie je?



Model positieve gezondheid

Domein mentaal welbevinden:

Er is veel eenzaamheid onder ouderen, wat een indirecte oorzaak is van ondervoeding. Hoe kunnen jouw studenten, vanuit hun eigen expertise, werken aan het voorkomen van eenzaamheid onder ouderen? Welke taken en rollen zouden zij hebben? Welke overeenkomsten en verschillen zie je?



- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle

Model positieve gezondheid

Domein dagelijks functioneren:

Jouw studenten werken in een wijk waar veel ouderen een laag inkomen hebben; zij kunnen zich geen gezonde maaltijden en beweegactiviteiten veroorloven. Hoe kunnen jouw studenten, vanuit hun eigen expertise, bijdragen aan oplossingen hiervoor? Welke taken en rollen zouden zij hebben? Welke overeenkomsten en verschillen zie je?

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



DAGELIJKS
FUNCTIONEREN

Kennis over ondervoeding bij ouderen

	voor	na	p-waarde
Oudervoeding bij ouderen is makkelijk te herkennen	2.6	3.0	0.024
Ik weet wat de risicofactoren zijn van ondervoeding bij ouderen	3.8	3.8	0.974
Ik weet hoe ik ondervoeding bij ouderen kan herkennen	3.4	3.9	0.006
Ik weet wat ik moet doen als ik ondervoeding bij ouderen signaleer	3.2	3.6	0.044
Ik weet wat mijn rol binnen een team zou zijn bij de preventie van ondervoeding bij ouderen	3.1	3.7	0.001

Creutzberg et al., EIPEN conference 2025

Attitude en kennis over interprofessioneel werken

	voor	na	p-waarde
Ik weet wat interprofessioneel leren en werken is	3.1	4.0	< 0.001
Ik vind het leuk om te leren over andere beroepen in de zorg en het sociale domein	3.6	3.6	0.894
Ik vind het leuk om mensen uit andere beroepen in de zorg en het sociale domein te ontmoeten en te leren kennen	3.8	3.8	1.000
Ik vind het belangrijk om te leren samenwerken met mensen uit andere beroepsgroepen in de zorg en het sociale domein	3.9	3.8	0.307
Ik zie mezelf later bij voorkeur werken in een interprofessioneel team	3.1	3.5	0.015
Alle leden van een interprofessioneel team zouden betrokken moeten zijn bij het stellen van behandeldoelen voor cliënten	3.6	3.7	0.503
In een interprofessioneel team moet ik soms een stapje terugdoen voor het beste resultaat voor de cliënt	3.6	3.7	0.740

Creutzberg et al., EIPEN conference 2025

Wat vond je het meest nuttig/ leerzaam aan deze themaochtend?

Het omgaan met
de ouderen
tijdens de
boksles

Het belang van
doorverwijzen

Leren over
ondervoeding bij
ouderen

Leren over
interprofessioneel
samenwerken

Spreeken en
overleggen met
de andere
opleiding

Leren van de
ander discipline:
wat ze doen/ hun
kennis. Zien hoe
het overlapt

Om te zien wat de
overeenkomsten/
verschillen zijn
tussen de studies



Discussie en laatste fase

Van VITALIS

Discussie

- **Bevorderende factoren:**

- Werken met een enthousiaste groep docenten/onderzoekers/zorgprofessionals (ambassadeurs)
- Interprofessioneel onderwijs is “hot”, omdat het aansluit bij actuele beroepsprofielen en maatschappelijke afspraken
- Mogelijkheid om andere professionals persoonlijk te ontmoeten

- **Belemmeringen:**

- Tijdelijk project/ financiering
- Moeilijk om roosters, leerdoelen etc. van verschillende opleidingen en hogescholen op elkaar af te stemmen
- De urgentie van het dagelijkse werk/ de zorg

- **Ideeën en ervaringen van jullie kant?**

Laatste fase VITALIS



- Het delen van al het onderwijsmateriaal en suggesties voor implementatie op de website van het **Kenniscentrum Ondervoeding** en **Edusources**.
- Het schrijven van een artikel voor **Geron** (Nederlands tijdschrift over ouderen en veroudering) over onze inzichten.
- Een vervolgsubsidie van **ZonMw** voor de rol van **preventieambassadeur voor Judith van Zwienen (HR): 'Voeding voor VITALIS'**, met als doel de resultaten van VITALIS te verspreiden via korte, thematische videoclips.

Dank!

