



Van Onderwijs naar Praktijk

Leefstijl in de zorg voor
(toekomstige) zorgprofessionals

Maartje de Groot en Diana Eijgermans

09-03-2026

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

Voorstellen



Maartje de Groot



Diana Eijgermans



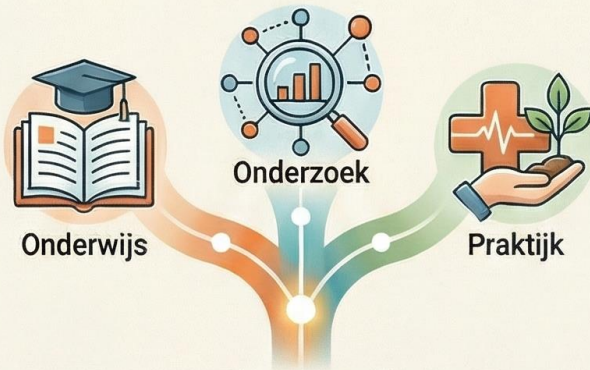
En jullie

Opleiding Voeding en Diëtetiek
De Haagse Hogeschool

Leergang Leefstijl in de Zorg

4 opeenvolgende sessie met als doel meer interprofessioneel samenwerken en meer leefstijlonderwijs

Leergang Leefstijl in de Zorg



Samen werk maken van de integratie van leefstijl in de zorg.

Hoe leiden we zorgprofessionals op om leefstijl effectief te integreren in hun praktijk?
Een unieke kans om met experts en collega's mee te denken over curriculumvernieuwing.

Sessie 1 | 22 januari:
**Leefstijl: hobbels,
pijnpunten en
perspectieven**



Spreker: Dr. Jorit Meesters
Ontdek wat gedrag echt beïnvloedt via het COM-B-model.

Sessie 2 | 26 februari:
Ethiek van de Context



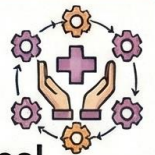
Sprekers: Marieke Breed & Dr. Sam Schrevel
Kijk voorbij zichtbaar gedrag naar de rol van context, macht en (on)mogelijkheden.

Sessie 3 | 10 maart:
**Van theorie naar
doen(vermogen)**



Spreker: Dr. Roel Hermans
Leer hoe je ondersteunt bij haalbare keuzes in plaats van alleen kennis over te dragen.

Sessie 4 | 31 maart:
**Interprofessioneel
samenwerken**



Spreker: Dr. Yvonne van Zaalen
Maak de vertaalslag naar het
Maak de vertaalslag naar het onderwijs
en borg leefstijl duurzaam in de praktijk.

Aan de slag

Sessie 1

Casus: Verbeter de leefstijl van de cliënt door deze persoon 2 minuten per uur te laten bewegen.

Schrijf op de ballonnen

Blauw: Persoonlijke barrières/context waardoor het niet lukt

Roze: Omgevingsbarrières/-context waardoor het niet lukt

Groen: Goede tips



Interdisciplinair werken

Meerdere invalshoeken ervaren?

Sessie 1: Basalt, interdisciplinair
samenwerken

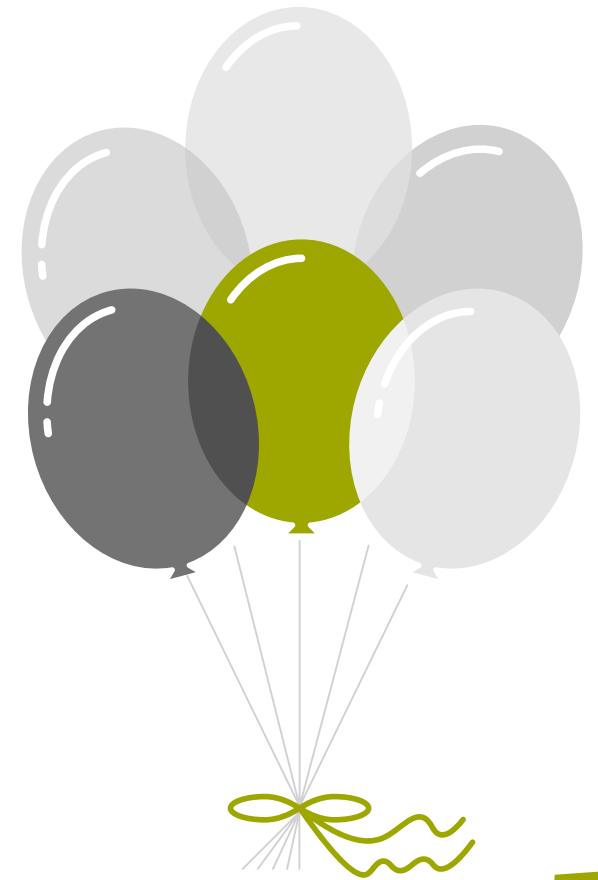


Aan de slag

Sessie 2

We gaan de cliënt 'helpen'.

Iedere groep stuurt één vertegenwoordiger met de ballonnen.



Laag blijven

Sessie 2

Belangrijk om je eigen aannames en interpretaties overboord te gooien.

Wees nieuwsgierig en stel vragen.

Achterhaal iemands context.

**Vooruitgang begint
bij het stellen van
de juiste vraag.**

OM
DENKEN

Luisteren is belangrijker
dan praten



Daarom kregen wij
2 oren en 1 mond

www.desteven.nl

En nu?

Vertaalslag richting het onderwijs

- Integreren in het onderwijs
- Samenwerken met de doelgroep; co-creëren
- Laag blijven, in verbinding met cliënten = luisteren en (door)vragen, niet oordelen.
- Niet 'wat is goed', maar 'wat is nu voor jou goed, gegeven jouw context'.
- Om aan leefstijl te werken, moet je oog hebben voor alles wat er speelt bij iemand.



Afsluiting

Wij kijken uit naar de laatste twee sessies!

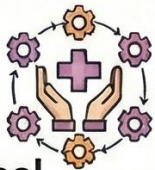
van context, macht en (on)mogelijkheden.

Sessie 3 | 10 maart:
Van theorie naar doen(vermogen)



Spreker: Dr. Roel Hermans
Leer hoe je ondersteunt bij haalbare keuzes in plaats van alleen kennis over te dragen.

Sessie 4 | 31 maart:
Interprofessioneel samenwerken



Spreker: Dr. Yvonne van Zaalen
Maak de vertaalslag naar het
Maak de vertaalslag naar het onderwijs
en borg leefstijl duurzaam in de praktijk.



Contact

d.g.m.eijgermans@hhs.nl
m.h.degroot@hhs.nl

Of link ons via LinkedIn!



let's change
YOU. US. THE WORLD.