

# Opleiding

## Expert Valpreventie bij Ouderen

Eén op drie thuiswonende ouderen in Vlaanderen valt minstens één keer per jaar. In woonzorgcentra loopt dit aantal op tot 70% van de bewoners. Een val heeft vaak meerdere gevolgen, zowel fysiek (zoals fracturen en hoofdtrauma's) als psychosociaal (zoals valangst, sociale isolatie en depressie). Dit alles leidt tot hoge kosten, zowel voor de oudere als voor de maatschappij. Een goede kennis en vaardigheden omtrent diverse preventiemaatregelen en implementatiestrategieën zijn nodig om het aantal valincidenten en valletsels in de praktijk te verminderen.

### DOEL

---

Het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen (EVV) organiseert in 2022 de vierdaagse opleiding 'Expert valpreventie bij ouderen'. De opleiding heeft als doelstelling op interactieve wijze en aan de hand van theorie en praktijkvoorbeelden, de deelnemers evidence-based kennis en vaardigheden bij te brengen zodat de professionele zorgverlener zich op kwaliteitsvolle wijze kan engageren om valpreventie interventies in de praktijk te implementeren en/of te coördineren. Een 'Expert valpreventie bij ouderen' kan daarenboven patiënten en collega's inspireren om met deze problematiek actief aan de slag te gaan.

### PROFIEL

---

Een 'Expert valpreventie bij ouderen':

- kent de 'Vlaamse richtlijn: Valpreventie bij thuiswonende ouderen';
- kent de 'Vlaamse richtlijn: Valpreventie in woonzorgcentra';
- engageert zich om de kennis en vaardigheden rond val- en fractuurpreventie in de praktijk toe te passen of te coördineren;
- inspireert zowel patiënten als collega's om actief met valproblematiek aan de slag te gaan;
- tracht de multidisciplinaire samenwerking tussen professionele zorgverleners te bevorderen;
- kan, indien gewenst, deel uitmaken van het Expertennetwerk valpreventie:
  - is bereid kennis en vaardigheden rond val- en fractuurpreventie te verspreiden door onder andere vormingen te geven of initiatieven uit te werken;
  - neemt een adviserende rol omtrent val- en fractuurpreventie op zich;
  - wisselt informatie uit met collega-experten en verleent expertise vanuit de praktijk aan het EVV;
  - is leergierig en houdt zichzelf up-to-date door middel van zelfstudie en bijscholing;

- houdt een overzicht bij van gegeven vormingen en andere initiatieven rond valpreventie (zoals geschreven artikels, adviesvragen, ontwikkelde materialen en projecten) en bezorgt dit tweemaal per jaar aan het EVV.

## DOELGROEP EN VOORWAARDEN TOT DEELNAME

---

De opleiding richt zich tot professionele zorgverleners in de eerstelijnszorg die in aanraking komen met ouderen in de thuissetting en/of woonzorgcentra (artsen, kinesitherapeuten, verpleegkundigen, ergotherapeuten, apothekers en maatschappelijk werkers; alsook kwaliteitscoördinatoren). Gelieve bij twijfels over uw profiel, het EVV te contacteren vooraleer in te schrijven.

Door het interactieve karakter van de opleiding verwachten we van de deelnemer:

- een uitgesproken motivatie om deze opleiding te volgen;
- een uitstekende inzet om voorbereidende opdrachten en de evaluatieopdracht zo goed mogelijk uit te werken;
- een duidelijk engagement om de opgedane kennis en vaardigheden in de eigen praktijk toe te passen;
- 100% aanwezigheid op de opleidingsdagen.

## PROGRAMMA

---

### DAG 1 ♦ MAANDAG 14 MAART 2022: 9U00-17U00

Tijdens de eerste dag, maken we kennis met elkaar, elkaars werkplek en motivatie om 'Expert valpreventie bij ouderen' te worden. Het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen wordt voorgesteld. Van daaruit blikken we verder naar de volledige opleiding en de opdrachten die hieraan verbonden zijn. Om het steeds toenemend aantal valincidenten te voorkomen, dient er meer ingezet te worden op de implementatie van preventieve maatregelen. We brengen de valproblematiek in kaart en bespreken algemene preventie maatregelen, zoals gezonde voeding en lichaamsbeweging. Bovendien maken we duidelijk wat de beste methodes zijn om een verhoogd valrisico vast te stellen bij ouderen in de thuissetting en woonzorgcentra. Nadien verdiepen we ons in het evalueren van de verschillende risicofactoren en bespreken we de hieraan gekoppelde interventies.

### DAG 2 ♦ DINSDAG 14 JUNI 2022: 9U00-17U00

Tijdens deze dag passen we de screening en evaluatie toe in de eigen praktijkwerking. De voorbereide casussen van iedere deelnemer worden aan elkaar voorgesteld en in groep bediscussieerd. Dit heeft als doel breder inzicht te krijgen in de aanpak rond screening en evaluatie voor de verschillende disciplines. Later op de dag wordt er dieper ingegaan op delier en de link met vallen. Twee ervaren sprekers (één uit de thuissetting en één uit de woonzorgcentra) komen getuigen over hun aanpak van valpreventie in de dagelijkse klinische praktijk. We eindigen de dag met casuïstiek, waarin de deelnemer een individueel plan van

aanpak opstelt voor een specifieke casus, met focus op de multidisciplinaire samenwerking. De casus wordt verder plenair besproken.

### DAG 3 ♦ MAANDAG 17 OKTOBER 2022: 9U00-17U00

De derde dag staat in het teken van de praktijk. We gaan dieper in op specifieke thema's die voor ieders praktijkwerking fundamenteel zijn. Iedereen volgt vier van de acht praktijksessies naar keuze, die hieronder beschreven staan.

#### Praktijksessie 1



Door pillen op je billen? De rol van geneesmiddelen in het beleid rond vallen en valpreventie

#### Praktijksessie 2



Spijkracht, evenwicht en mobiliteit: meten is weten

#### Praktijksessie 3



Problemen met spijkracht, evenwicht en mobiliteit: leg je er niet bij neer

#### Praktijksessie 4



De invloed en aanpak van omgevings- en gedragsfactoren in kader van vallen

#### Praktijksessie 5



Valangst: oorzaak en gevolg van vallen. Geen angst om het samen aan te pakken!

#### Praktijksessie 6



Duizeligheid en syncope: time for a check-up?

#### Praktijksessie 7



Fracturen voorkomen: van bot tot spieren

#### Praktijksessie 8



Samen streven naar een fixatiearme (thuis)zorg

### DAG 4 ♦ MAANDAG 5 DECEMBER 2022: 9U00-17U00

In het eerste deel van deze dag leren we hoe we de therapietrouw bij ouderen (met een verhoogd valrisico) kunnen bevorderen. We staan eveneens stil bij de knelpunten en bespreken samen methodes om de gewoontes en het gedrag bij ouderen te veranderen. Nadien gaan we actief aan de slag met deze kennis aan de hand van motiverende gesprekstechnieken. Daarnaast stelt iedereen de eindopdracht voor, het voorstellen en bespreken van een zelfgekozen uitgewerkte casus rond valpreventie, noodzakelijk voor het behalen van het opleidingsgetuigschrift. We sluiten de dag af met meer uitleg over de functie van een 'Expert valpreventie bij ouderen' en hoe en onder welke voorwaarden men kan aansluiten bij het expertennetwerk Valpreventie.

## LESGEVERS

---

Met medewerking van o.a.: mevr. Patsy Allegaert, mevr. Goedele Belaen, Dr. Elie Balligand, mevr. Leen Bouckaert, mevr. Tinneke Claes, mevr. Leen De Coninck, prof. dr. Fabienne Dobbels, prof. dr. Evelien Gielen, mevr. Julie Meurrens, prof. dr. Koen Milisen, dr. Kristien Scheepmans, mevr. Evelyn Van Cleynenbreugel, mevr. Sara Vandervelde, Dr. Liesbeth Vander Weyden, mevr. Margreet Van Dijk, dr. Ellen Vlaeyen, apr. Karolien Walgraeve.

## PRAKTISCHE INFORMATIE

---



### LOCATIE

De opleiding gaat door in **Leuven**. De exacte locaties per lesdag worden op een later tijdstip meegedeeld.

**Opgelet:** *afhankelijk van de maatregelen inzake COVID-19, kan ervoor gekozen worden om bepaalde lesdagen online te laten doorgaan.*



### DEELNAMEPRIJS

De prijs voor de opleiding bedraagt **€669** per persoon (inclusief toegang tot online platform, didactisch materiaal, broodjeslunch en drank en getuigschrift).

- Bespaar op uw deelname! Als door de Vlaamse Overheid erkende opleidingsinstelling aanvaarden wij betalingen via de KMO-portefeuille. Meer info vindt u [hier](#).
- Accreditering mogelijk voor artsen en kinesitherapeuten
- Educatief verlof **niet mogelijk**.



### INSCHRIJVEN

Inschrijven kan online, via [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be). De inschrijving is pas definitief na ontvangst van betaling. U ontvangt hiervan een bevestiging. Door het interactieve karakter van de opleiding wordt een beperkt aantal deelnemers toegelaten.

### ANNULERINGSVOORWAARDEN

Uw inschrijving voor de opleiding annuleren kan tot uiterlijk twee weken voor aanvang van de opleiding per e-mail naar [expertisecentrum@valpreventie.be](mailto:expertisecentrum@valpreventie.be). De volledige som, met afhouding van 100 euro voor administratie- en verwerkingskosten, wordt teruggestort. Annuleert u later, dan is geen terugbetaling meer mogelijk.

## CONTACTGEGEVENS

---

Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen

Kapucijnenvoer 35 blok d - bus 7001, 3000 LEUVEN

[expertisecentrum@valpreventie.be](mailto:expertisecentrum@valpreventie.be)

+32 16 32 00 51

[www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be)



Valpreventie.be  
Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen