

Intensiteit van training bij ouderen

Programma:

14.00 Inleiding; de geriatrische patiënt

Intensiteit van training bij ouderen

Kracht theorie/richtlijn + workshop + voorbeelden

16.00-16.15 koffie/thee pauze

Balans theorie/richtlijn + workshop + voorbeelden

18.00-18.45 maaltijd

Snelheid, coördinatie en uithouding theorie/richtlijnen + workshop + voorbeelden

Red-flags, zijn er medisch gevolgen?

Hulpmiddelen om intensiteit te verhogen:

- Motivatie
- Testschalen + Normaal waarden

Geriatric Activation Program Pellenberg

- Resultaten observational study

Vragen, aanwezigheidsattest

21.00 Einde