

# Brochure Refereermiddag Dimence Alkura (LIVE)

27-11-2025  
13:00 uur - 17:15 uur

**Uitgeslapen Zorg:  
Vermoeidheid en Slaap in de GGZ**



**Uitgeslapen  
Zorg:  
Vermoeidheid en  
Slaap in de GGZ**

*Een verdiepende  
refereermiddag  
over de impact van  
vermoeidheid en  
slaap op  
psychische  
gezondheid,  
diagnostiek en  
behandeling.*

## **Locatie:**

Dimence locatie Brinkgreven, gebouw 18  
De Steerne, Vijverzaal  
Nico Bolkesteinlaan 1, Deventer

## **Contactgegevens:**

[refereermiddagen-alkura@Dimence.nl](mailto:refereermiddagen-alkura@Dimence.nl)

Tel. 0570-63 92 41

## Refereermiddag Dimence Alkura

### Uitgeslapen Zorg: Vermoeidheid en Slaap in de GGZ

*Een verdiepende refereermiddag over de impact van vermoeidheid en slaap op psychische gezondheid, diagnostiek en behandeling*

Slaapstoornissen en vermoeidheidsklachten komen veel voor bij mensen met psychische problemen. Uit onderzoek blijkt dat verstoorde slaap en aanhoudende vermoeidheid nauw samenhangen met aandoeningen als depressie, angststoornissen, ADHD, PTSS en psychotische stoornissen, waarbij ze kunnen bijdragen aan het ontstaan, in stand houden én terugkeren van psychische problematiek. Tegelijkertijd blijven deze klachten in de GGZ vaak onderbelicht of worden ze secundair behandeld. Met deze refereermiddag willen we aandacht geven aan het belang van een integrale, biopsychosociale benadering van slaap- en vermoeidheidsklachten. De sprekers behandelen klinisch relevante kennis over diagnostiek en behandeling van slaapproblemen, effectieve interventies voor het verbeteren van slaap, en vermoeidheid in relatie tot cognitieve klachten. Tot slot wordt er stilgestaan bij praktische behandelstrategieën voor vermoeidheid die direct toepasbaar zijn in de behandelpraktijk. Het streven is om een ervaringsdeskundige een bijdrage te laten leveren aan het programma.

## Programma

- |                   |                                                                                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12:30 – 13:00 uur | <b>Inloop</b>                                                                                                        |
| 13:00 – 13:15 uur | <b>Welkom en introductie –</b><br>door: dagvoorzitter Lineke Tak                                                     |
| 13:15 – 14:00 uur | <b>Marieke Lancel:</b><br>Slaapstoornissen: klinische<br>relevantie in de GGZ                                        |
| 14:00 – 14:45 uur | <b>Welmoed Dijkstra &amp; Tamara Spit:</b><br>Verbeter je slaap!                                                     |
| 14:45 – 15:15 uur | <b>Pauze &amp; ontmoeting</b>                                                                                        |
| 15:15 – 16:00 uur | <b>Marieke van der Schaaf:</b><br>Vermoeidheid en cognitieve<br>klachten vanuit een neuro-<br>biologisch perspectief |
| 16:00 – 16:45 uur | <b>Margreet Worm:</b><br>Behandeling voor vermoeidheid                                                               |
| 16:45 – 17:15 uur | <b>Afsluiting –</b><br>door: dagvoorzitter Lineke Tak                                                                |



# Refereermiddag Dimence Alkura

## Uitgeslapen Zorg: Vermoeidheid en Slaap in de GGZ

*Een verdiepende refereermiddag over de impact van  
vermoeidheid en slaap op psychische gezondheid, diagnostiek  
en behandeling*

### Dagvoorzitter & sprekers



Dr. Lineke Tak is psychiater, senior onderzoeker en hoofd van Dimence Alkura en voorzitter in het bestuur van het landelijk Netwerk Aanhoudende Lichamelijke Klachten (NALK) en lid ben van de NALK-werkgroep 'samenwerken met patiënten'



Prof. Dr. Marike Lancel, fysiologisch psycholoog en somnoloog, werkt als onderzoeker en slaapdeskundige bij GGZ Drenthe en als bijzonder hoogleraar Slaap en Psychopathologie bij de RUG, is grondlegger van het Expertisecentrum Slaap en Psychiatrie, en onder meer betrokken bij de *International Course of Sleep Medicine* en is TOPGGZ-boegbeeld van de Forensisch Psychiatische Kliniek.



Drs. Welmoed Dijkstra werkt als GZ-psycholoog/psychotherapeut bij Dimence met mensen met angst en stemmingsklachten. Ook is zij teamleider Zorg.



MSc. Tamara Spit werkte als neuropsycholoog in de kinder- en jeugdpsychiatrie en in de revalidatie voor blinde en slechtziende kinderen. Bij Dimence werkt zij nu als GZ-psycholoog met mensen met angst en stemmingsklachten.



Dr. Marieke van der Schaaf is werkzaam als assistent professor en universitair docent aan de Tilburg Universiteit. Zij werkt op het grensvlak van immunologie en neuro-wetenschappen waarbij ze dmv acute immuun manipulaties en patiënten-studies de rol van immuun-brein interacties in vermoeidheid en cognitieve klachten na ziekte onderzoekt. Ze is actief binnen de werkgroep fundamenteel onderzoek en neuro-imaging van het expertise netwerk POST-COVID en draag bij aan de Nederlandse ME/CFS biobank (NMCB) als expert in neuro-imaging en cognitieve assessments.



Dr. Margreet Worm, is GZ-psycholoog en werkte o.a. bij HSK Groep en bij het Nederlands Kenniscentrum Chronische Vermoeidheid en promoveerde op CGT bij CVS. Nu werkt ze bij Dimence Alkura en is gespecialiseerd in cognitieve gedragstherapie voor volwassenen.

# Refereermiddag Dimence Alkura

## Uitgeslapen Zorg: Vermoeidheid en Slaap in de GGZ

*Een verdiepende refereermiddag over de impact van vermoeidheid en slaap op psychische gezondheid, diagnostiek en behandeling*

### Aanmelden collega's Dimence Groep

Scan de QR-code of ga naar:

<https://www.dimence.nl/aanmeldformulier-collegas-dimencegroep-refereermiddag-alkura-27-11-2025-uitgeslapen-zorg>



### Aanmelden externe deelnemers

Scan de QR-code of ga naar:

<https://www.dimence.nl/refereermiddag-alkura-27-11-2025-externe-deelnemers-uitgeslapen-zorg-vermoeidheid-en-slaap-de-ggz>



### Deelnamekosten (incl. en btw-vrij):

30 euro deelnemers Dimence Groep

75 euro overige deelnemers

Betaling van de deelnamekosten vindt plaats via Mollie.  
Na betaling is je aanmelding definitief.



### Accreditatie wordt aangevraagd bij:

**FGzPT, VSR, NVvP en V&VN**

We hebben enkele noodzakelijke gegevens van je nodig voor het bijschrijven van accreditatiepunten. Na de verwerking hiervan vernietigen wij deze persoonsgegevens in overeenstemming met de AVG.

### Annulering:

Tot **1 november** kun je je kosteloos afmelden en worden de deelnamekosten gerestitueerd.  
Tussen **1 november en 27 november** is restitutie helaas niet meer mogelijk.

### Contactgegevens:

[refereermiddagen-alkura@Dimence.nl](mailto:refereermiddagen-alkura@Dimence.nl)

Tel. 0570-63 92 41