

Uitnodiging

Consortium meeting Blijvende Kracht

Hoe zorgen we ervoor dat meer ouderen hun spierkracht behouden en langer zelfstandig kunnen blijven?

Op **27 oktober 2026** nodigen wij u van harte uit voor de consortiumbijeenkomst van **Blijvende Kracht**. Tijdens deze inspirerende bijeenkomst brengen we professionals, verwijzers, beleidsmakers en andere betrokkenen samen rondom een actueel en urgent thema: het behoud van spierkracht bij het ouder worden.

We weten inmiddels dat spierkracht een belangrijke voorspeller is van gezondheid, zelfstandigheid en kwaliteit van leven. Tegelijkertijd weten veel ouderen de ondersteuning die hierbij kan helpen nog niet te vinden. Hoe kunnen we daar samen verandering in brengen? En welke rol kan het leefstijlprogramma **ProMuscle** hierin spelen?

Praktische informatie

Datum: 27 oktober 2026

Tijd: 15.00 - 17.00 uur

Locatie: MFC De Roef

Adres: Middelste Wei 2-4, 3844 HT Harderwijk



Programma



We starten met een inspirerende keynote van **dr. Sjors Verlaan**, expert op het gebied van spierkracht, voeding en gezond ouder worden. Hij neemt u mee in de laatste inzichten over spierkrachtverlies bij ouderen, de impact hiervan op het dagelijks functioneren en vooral: wat we er wél aan kunnen doen. Daarbij gaat hij in op het belang van vroegtijdige aandacht voor spierkracht en de rol die professionals, organisaties en samenwerkingspartners kunnen spelen om ouderen hierbij beter te ondersteunen.

Daarna kunt u deelnemen aan één van twee interactieve parallelsessies.

In de eerste sessie staat ProMuscle in de praktijk centraal. Ervaringsdeskundigen en experts delen hoe het programma werkt, welke resultaten het oplevert en hoe professionals het succesvol inzetten in hun dagelijkse praktijk. U krijgt concrete handvatten om zelf met ProMuscle aan de slag te gaan of ernaar te verwijzen.

De tweede sessie staat in het teken van het doorontwikkelen van bestaande ketenaanpakken voor gezond ouder worden. Samen gaan we in gesprek over hoe zorg-, welzijns-, sport- en gemeentelijke partners hun samenwerking verder kunnen versterken, zodat ouderen beter worden bereikt en ondersteund. Ook verkennen we welke kansen er zijn om bewezen effectieve programma's, zoals ProMuscle, duurzaam te verbinden aan bestaande netwerken, samenwerkingsafspraken en lokale of regionale initiatieven. In een interactieve uitwisseling van ervaringen, ideeën en perspectieven onderzoeken we samen wat nodig is om de impact van bestaande ketenaanpakken verder te vergroten.

Naast nieuwe kennis en inzichten biedt deze bijeenkomst volop gelegenheid om ervaringen uit te wisselen, contacten te leggen en samen verder te bouwen aan een sterk netwerk voor gezond ouder worden.

Voor wie

Deze bijeenkomst is bedoeld voor professionals en organisaties uit de regio Noord-Veluwe die bijdragen aan gezond ouder worden, zoals huisartsen, praktijkondersteuners, fysiotherapeuten, diëtisten, buurtsportcoaches, leefstijlapothekers, beleidsmedewerkers en andere geïnteresseerde samenwerkingspartners.



Bereikbaarheid



MFC De Roef is goed bereikbaar met zowel openbaar vervoer als de auto. Parkeren is gratis op de grote parkeerplaats voor MFC De Roef en bij het naastgelegen winkelcentrum.

Vanaf NS-station Harderwijk is het ongeveer 15 minuten lopen naar de locatie.

Meld u aan!

Wilt u meer weten over het belang van spierkracht bij het ouder worden én ontdekken hoe we samen meer ouderen kunnen bereiken met effectieve ondersteuning zoals ProMuscle? Dan hopen wij u op 27 oktober te ontmoeten.



Meld u aan via het aanmeldformulier: [Consortumbijeenkomst Blijvende Kracht – Fill out form](#)

Het aantal plaatsen is beperkt, dus wacht niet te lang met aanmelden.

Heeft u vragen? Neem dan contact op met via promuscle@wur.nl

Wij kijken ernaar uit u te verwelkomen op 27 oktober!

