
FITaliteit

Over slaap, werk, sport, voeding en wat als de zwangerschap ongewenst is?



33^e Verloskundige Nascholingsdag
Donderdag 21 mei 2026

De Radboudumc Health Academy organiseert, samen met de voorbereidingscommissie verloskunde, op donderdag 21 mei 2026 de 33^e Verloskundige nascholingsdag met als titel:

FITaliteit: Over slaap, werk, sport, voeding en wat als de zwangerschap ongewenst is?

Inleiding

Deze afwisselende dag staat in het teken van een fitte en vitale zwangerschap. Onder de titel *FITaliteit* duiken we in actuele en soms complexe thema's die spelen in de zwangerschap. Van slaapstoornissen en de rol van medicatie en gedragstherapie, tot de impact van werk en de nieuwe arbo-richtlijn. Ook gaan we in op de ongewenste zwangerschap tot 24 weken.

Na een lekkere lunch geven we door middel van interactieve workshops een update over actuele ontwikkelingen en de nieuwste inzichten in de verloskunde, onder andere over vroege echoscopie.

Vervolgens gaat het plenaire programma verder over voeding: wat zijn de nieuwste voedingsadviezen voor zwangeren en wanneer zijn supplementen nodig? Tot slot gaan we in op sport en de do's en don't bij sporten tijdens de zwangerschap.

Kortom: een dag om bij te leren, bij te praten en fit weer de praktijk in te gaan!

Programma 21 mei 2026

09.00 Inloop met koffie en thee

09.30 Welkom en introductie

Dagvoorzitter: Madelon Evers, verloskundige, Donna Praktijk voor Verloskunde

09.40 Slapeloze Nachten - Slaap en slaapstoornissen tijdens zwangerschap en kraamperiode

Dr. Peter Mulders, psychiater zwangerschaps- en ziekenhuispsychiatrie, Radboudumc

10.25 Werk & zwangerschap: preventie, rechten & de nieuwe arbo-richtlijn

Simone Timman, arts arbeidsgeneeskunde, Ergatis

11.10 Koffiepauze

11.40 Onbedoeld en ongewenst zwanger: abortuszorg

- **Van positieve test tot en met 22 weken**

Channa van Popering-Kleijn, arts abortushulpverlening, Mildred Clinics

- **22-24 weken dilemma**

Dr. Freke Wilmink, gynaecoloog-perinatoloog, Radboudumc

12.40 Lunchpauze

13.30 Workshopcarroussel

Versterk je kennis en vaardigheden in een interactieve setting!

Begeleiders: commissieleden (zie volgende bladzijde) en a(n)ios Gynaecologie

14.30 Koffiepauze

14.55 Vervolg plenair middagprogramma

Dagvoorzitter middag: Dr. Tess Meuleman, gynaecoloog-perinatoloog, Radboudumc

15.00 Voeding & zwangerschap: bouwstenen voor nieuw leven

Dr. Sophie van der Krieken, Expert voeding en gezondheid & voedselveiligheid, Stichting Voedingscentrum

15.45 Sporten met een passagier: over de do's en don't van sporten tijdens de zwangerschap

Dr. Angelique Veenstra van Nieuwenhoven, Gynaecoloog, Ziekenhuisgroep Twente (Bekkenbodem Expertise centrum)

16.30 Afsluiting

16.30 Borrel

Vorbereidingscommissie



Dr. Freke Wilmink
Gynaecoloog-perinataloog, Radboudumc, Nijmegen



Madelon Evers
Verloskundige, Donna Praktijk voor Verloskunde, Nijmegen



Niels Gout
Klinisch verloskundige, Canisius Wilhelmina Ziekenhuis, Nijmegen



Drs. Martje Martens
Verloskundearts, Canisius Wilhelmina Ziekenhuis, Nijmegen



Dr. Tess Meuleman
Gynaecoloog-perinatoloog, Radboudumc, Nijmegen



Ella van den Berg
Verloskundige, Verloskundige Praktijk Druten – Maas & Waal



Bas Vestjens
Huisarts, Gezondheidscentrum Danielsplein, Nijmegen



Janneke Boeije
Projectmanager, Radboudumc Health Academy, Nijmegen

Informatie

Locatie

Van der Valk hotel Nijmegen-Lent
Hertog Eduardplein 4
6663 AN Nijmegen

Doelgroepen

Deze nascholingsdag is bedoeld voor (klinisch) -verloskundigen, gynaecologen, huisartsen en andere geïnteresseerden.

Accreditatie

Accreditatie wordt aangevraagd bij KNOV, NVOG, Kwaliteitsregister Klinisch Verloskundigen en ABC1.

Inschrijven

- Het inschrijftarief bedraagt € 285,-
- U kunt zich inschrijven en uw betaling regelen via onze website www.radboudumc.nl/verloskundigenascholing.
- Op al onze scholingen zijn onze algemene voorwaarden van toepassing.

Contact



Yvonne Savelkoul-Broekman

Radboudumc Health Academy

Yvonne.Savelkoul-Broekman@radboudumc.nl

T 06 - 15 31 02 41