

SYMPOSIUM

FIT & VITAAL OUDER WORDEN

VAN WETENSCHAP NAAR PRAKTIJK

13:00 Inloop

Wij heten u van harte welkom! Neem de tijd om binnen te komen, een plekje te vinden en alvast kennis te maken met de andere bezoekers.

13:30 Opening

Dagvoorzitters Prof. Lisette Schoonhoven en Prof. Lisette de Groot leiden het symposium in.

14:00 Je biologische leeftijd, hoe meet je die en verandert je leefstijl de uitslag?

Prof. Eline Slagboom deelt haar inzichten over gezond ouder worden.

14:30 Pauze

15:00 Nieuwste wetenschappelijke inzichten

- Plantaardig eten en veroudering: de voor- en nadelen Dr. Pol Grootswagers
- Het effect van veganistische voeding op de (spier)gezondheid van 65-plussers: resultaten van de Meal- en VD2O-studies Jacintha Domic
- Leefstijlprogramma's: de weg van onderzoek naar vitaal ouder worden Patricia te Pas - van der Laag

16:00 De brug van wetenschap naar praktijk en beleid

Dagvoorzitters Prof. Lisette Schoonhoven en Prof. Lisette de Groot

16:15 Beleef- en proefmarkt

Onder het genot van een hapje en een drankje is er gelegenheid om met elkaar en de onderzoekers in gesprek te gaan. En laat u inspireren door de innovaties op het gebied van plantaardige voeding en gezondheid tijdens onze interactieve beleef- en proefmarkt. Ontmoet verschillende experts, laat gezondheidsmetingen uitvoeren en bekijk posters en materialen uit de nieuwste studies.