

The Sleep Code®
ACADEMY

KEYNOTE SPEAKER

GASTDOCENT

OPLEIDER
ZORGPROFESSIONALS

Lise Dullaerts

Vroedvrouw · Docent ·
Founder van The Sleep
Code®

Ontwikkelingsgerichte
vormingen over slaap,
regulatie en
communicatie in de
zorg.

www.thesleepcodeacademy.com



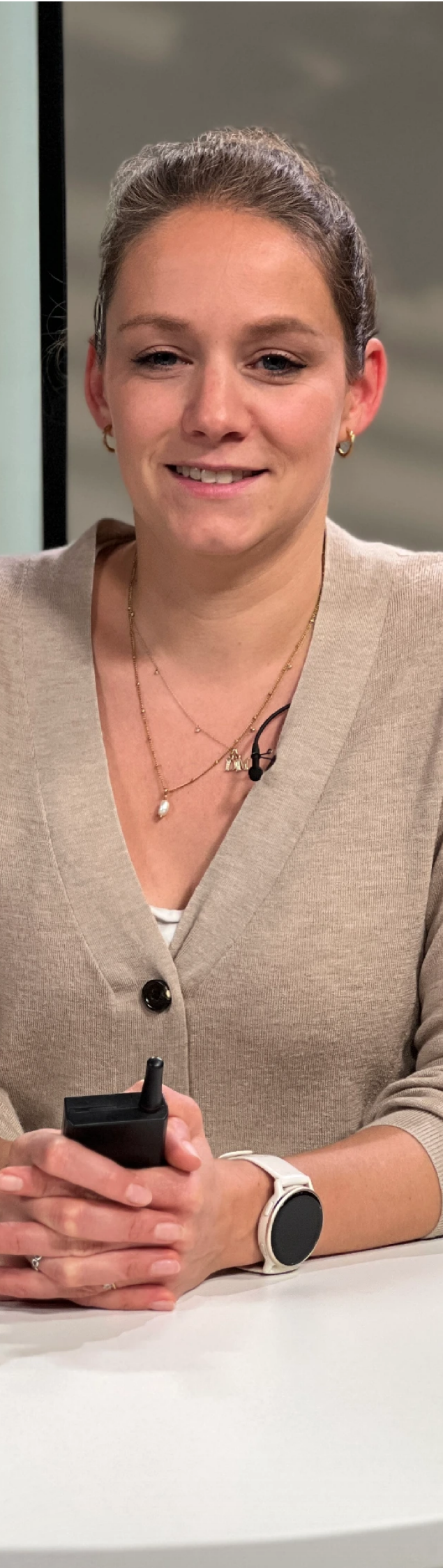
Gedrag begrijp je pas wanneer je verder kijkt dan het gedrag.

Ik geloof dat gedrag pas begrepen kan worden wanneer we verder kijken dan het gedrag zelf. Achter elk slaappatroon schuilt een verhaal van neurologische ontwikkeling, van regulatie, van de fijne afstemming tussen ouder en kind, en van de context waarin een gezin leeft.

The Sleep Code[®] ontstond vanuit een eenvoudige maar hardnekkige vaststelling: slaap wordt in de zorg nog te vaak benaderd als gedrag dat gecorrigeerd moet worden. Als een probleem met een protocol. Terwijl slaap zelden alleen slaap is, het raakt ook andere domeinen zoals ouderschap, emoties, cultuur en het zenuwstelsel van een kind.

Mijn missie is om wetenschap te vertalen naar de dagelijkse praktijk van zorgverleners. Niet met méér adviezen of strakkere schema's, maar met betere denkkaders, zodat professionals met vertrouwen kunnen afstemmen op dít kind, dít gezin, dít moment.

*Niet méér adviezen.
Wel betere denkkaders.*



WIE BEN IK

Evidence-based slaapeducatie voor zorgprofessionals.

Ik ben Lise Dullaerts, vroedvrouw, docent verpleegkunde en oprichter van The Sleep Code® Academy. Vanuit jarenlange ervaring aan de zijde van jonge gezinnen - tijdens een van de meest kwetsbare en intense periodes van hun leven - zag ik hoe groot de impact is van slaapttekort, onzekerheid en tegenstrijdige adviezen.

Daarom combineer ik mijn medische achtergrond met recente inzichten uit neurodevelopmental care en infant mental health, en ontwikkelde ik daaruit het The Sleep Code® Framework: een samenhangende manier om slaap te begrijpen binnen ontwikkeling, regulatie en verbinding.

Als docent en spreker slaat ik voortdurend de brug tussen onderzoek en de werkvloer. Ik doceert aan hogescholen, begeleidt zorgteams en vormt professionals die ouders ontwikkelingsgericht willen ondersteunen.

ROLLEN & EXPERTISE

Vroedvrouw

Docent verpleegkunde

Spreker & keynote

Founder - The Sleep Code® Academy

Ontwikkelaar - The Sleep Code® Framework

The Sleep Code®

Vijf pijlers die samen een framework bieden om slaap te begrijpen - in plaats van te corrigeren.



1 Neurologische rijping

Slaapcycli en zelfregulatie ontwikkelen in een tempo dat neurologisch bepaald is - niet afdwingbaar.



2 Regulatie

Slaap is verweven met stress- en prikkelverwerking. Co-regulatie is de basis voor latere zelfregulatie.



3 Ouder-kind interacties

Afgestemde, responsieve interacties creëren de veiligheid van waaruit een kind durft los te laten.



4 Context

Draagkracht, cultuur en leefomgeving bepalen mee wat haalbaar en passend is voor dit gezin.



5 Ontwikkeling

Slaap verschuift continu met de ontwikkelingsfase - wat vandaag werkt, groeit mee.

WAAROM UNIEK

Geen methode met vaste stappen, maar een **denkkader** - het verbindt neurodevelopmental care en infant mental health tot één samenhangende bril.

Onderwerpen om uit te nodigen.

De slaap van jonge kinderen door de bril van The Sleep Code®

De fundamentele keynote: slaap gekaderd binnen het volledige The Sleep Code® framework, voorbij one-size-fits-all.

(Geïnspireerd op Neurodevelopmental Care en Infant Mental health)

DOELGROEP

Zorgprofessionals & studenten

DUURTijd

90 - 120 min

LEERDOELEN

Slaap kaderen binnen ontwikkeling & regulatie ·
Afstappen van standaardadvies ·
NDC vertalen naar slaappraktijk ·
Nieuw denk- en werkkader

AANPASSINGEN

Uitbreidbaar tot een halve dag met casusbespreking
Interactieve sessie mogelijk

Huilen, regulatie en de eerste levensmaanden

Huilen als communicatie en als vroege regulatie en hoe co-regulatie de basis legt voor slaap.

DOELGROEP

Vroedvrouwen & studenten

DUURTijd

60 – 90 min

LEERDOELEN

Huilen begrijpen ·
Wat is de link met slapen ·
Co-regulatie ondersteunen bij ouders

AANPASSINGEN

Uitbreidbaar tot een halve dag met casusbespreking

Onderwerpen om uit te nodigen.

Prematuriteit, ziekenhuisopname en slaapontwikkeling

De impact van een vroege start en opname op de slaapontwikkeling - en de rol van ouderbetrokkenheid.

DOELGROEP

Vroedvrouwen & studenten - NICU/PICU

DUURTijd

90 min

LEERDOELEN

Opname & slaap begrijpen ·
Hoe aandacht hebben voor slaap tijdens de zorg ·
Ouders betrekken in de rijping

AANPASSINGEN

Kan ook volledig op maat van het ziekenhuis

Ouderdraagkracht als sleutel binnen slaapbegeleiding

Waarom draagkracht bepalend is en hoe je begeleidt zonder te forceren of perfectionisme te voeden. Tijd voor parent empowerment.

DOELGROEP

Vroedvrouwen & studenten, eerstelijns, thuiszorg

DUURTijd

60 – 90 min

LEERDOELEN

Draagkracht herkennen ·
Begeleiden zonder forceren

AANPASSINGEN

Uitwerkbaar als interactieve workshop

Veelgevraagde lezingen.



Ontwikkelingsgerichte
slaap



Slaap en
Infant Mental
Health



Regulatie en
co-regulatie



Prematuriteit



Slaap in de
NICU/PICU



Neurodiversiteit



Communicatie met
ouders



Evidence-
based
slaapzorg



Casuïstiek



Workshop



Masterclass



Studiedag

Vorming op maat van uw team en context.

Elke navorming wordt volledig op maat uitgewerkt, in nauw overleg met de organisatie. Inhoud, diepgang en duur worden afgestemd op het team, de werkcontext en de gewenste leerdoelen - van een compacte inspiratiesessie tot een verdiepend traject.

VOOR ONDER MEER



Vroedkundigen



Verpleegkundigen



Pediatrie/Neonatologie



Psychologen



Kind & Gezin



Ergotherapeuten



Orthopedagoge



Artsen



Elke vorming vertrekt vanuit het The Sleep Code® framework en wordt vertaald naar de dagelijkse realiteit van uw professionals.

Professionele verdieping, niet zomaar een cursus.

01

MASTERCLASS

The Sleep Code® Slapen in verbinding

Een verdiepende masterclass voor professionals die slaap ontwikkelingsgericht willen benaderen. Wetenschappelijke inzichten uit neurodevelopmental care en infant mental health worden vertaald naar direct toepasbare handvaten

02

JAAROPLEIDING

The Sleep Code® Baby- & Kinderslaapcoach

De volledige opleiding tot baby- en kinderslaapcoach, gebaseerd op neurodevelopmental care en infant mental health. Voor vroedvrouwen, verpleegkundigen, kinesisten, psychologen en andere professionals die ouders ontwikkelingsgericht willen begeleiden rond slaap.

De focus ligt op professionele ontwikkeling - op beter begrijpen, niet op sneller oplossen.

Wat een samenwerking kenmerkt.

- | | |
|-------------------------------------|---|
| ✓ Wetenschappelijk onderbouwd | Gebaseerd op neurodevelopmental care en infant mental health. |
| ✓ Ontwikkelingsgericht | Slaap gezien binnen groei, regulatie en context. |
| ✓ Praktisch toepasbaar | Denkkaders die direct toepasbaar zijn. |
| ✓ Interactieve vormen | Ruimte voor casussen, reflectie en dialoog. |
| ✓ Brug tussen wetenschap & praktijk | Onderzoek vertaald naar de werkvloer. |
| ✓ Direct inzetbaar | Professionals passen inzichten meteen toe. |
| ✓ Evidence-informed | Nuance boven stellige, sluitende antwoorden. |

REEDS SAMENGEWERKT MET

Vertrouwd door onderwijs, zorg en media



VBOV



Arteveldehogeschool



Erasmus Hogeschool



VIVES Hogeschool



Nestlé



Wat deelnemers ervaren.

“

Voor Je krijgt zoveel input die je nodig hebt om te werken nrind slaap bij kleintjes. Het is geen afgelijnde opleiding, het is een opleiding waar veel aspecten aan te pas komen. Erg fijn om zo een groot kader en goedgevulde bagage mee te krijgen.

Lauren - gezinsbegeleider · Na het volgen van The Sleep Code Baby- & Kinderslaapcoach opleiding.

“

Lise vertaalt complexe wetenschap naar taal die je meteen kunt gebruiken. Ons team keek na één vorming anders naar huilen, slapen en gedrag.

Isabelle - Eigenaar Mannetje Maan kdv · na een opleiding in het kinderdagverblijf

“

Een spreker met visie én voeling met de praktijk. De lezingen worden steeds vlot gebracht met veel professionaliteit.

Charlotte - Verantwoordelijke Moeder en Kind · Na 7 jaar samenwerken met Colruyt Group Academy

SAMENWERKEN

*Elke vorming vertrekt vanuit dezelfde
overtuiging: wanneer professionals gedrag
beter begrijpen, kunnen gezinnen met meer
vertrouwen ondersteund worden.*

Interesse in een keynote of gastcollege?

Laten we samen bekijken hoe we jouw team of
studenten kunnen inspireren met een sessie op maat.
Contacteer me vrijblijvend.

 www.thesleepcodeacademy.com

 info@debabyslaapcoach.com

 0472 / 47.76.86

 LinkedIn · Lise Dullaerts