**NIP congres 1 februari 2019.**

**Programma**

13:00 uur  Inloop

13:30 uur  Opening door Vera Naber en Aart Franken, algemeen bestuur  NIP

13:45 uur  **Malou Timmers** van het Institute of Positive Health komt ons inspireren met de vraag hoe het gedachtegoed van positieve gezondheid ons nét even anders kan laten kijken naar onszelf, de maatschappij en vooral: ons vak.

**14.30  Pauze**

15.00 uur  **Jos Brosschot**, bijzonder hoogleraar psychofysiologische mechanismen van alledaagse stress aan de Universiteit Leiden, gaat in op één van de belangrijkste vijanden van gezondheid: langdurige stress.

15.45 uur  **Matthijs Steeneveld**, trainer, positief psycholoog en auteur, schreef een boek over veerkracht. Hij verbindt de wetenschap en praktijk van positieve psychologie in zijn werk. Matthijs laat zien hoe veerkracht kan groeien door een gezonde balans tussen het erkennen van de pijn van het vallen en het leren dat we weer kunnen opstaan.

16.30 uur  Interactie: wat neem jij morgen aan veerkracht mee naar je werk en hoe kunnen wij positieve gezondheid als beroepsgroep inzetten in de ontwikkeling van ons vak?

17.00 uur  Borrel