

Koersavond met Erik Scherder

Preventie - de werking binnen het brein

Een avond in het teken van verrassende nieuwe inzichten en strategieën voor je brein en de verzorging van je mentale balans.

Dat een gezonde mentale balans van belang is om te voorkomen dat medewerkers uitvallen, dat weten we allemaal. Medewerkers met een gezonde mentale balans weten wat zij nodig hebben om goed te functioneren, waar ze energie van krijgen, wat hen energie kost en slagen erin deze inzichten succesvol toe te passen in hun dagelijkse leven. In de praktijk lopen zij minder vaak en minder snel vast en dragen meer bij in de vorm van samenwerking, productiviteit en creativiteit.

Maar wat als we wel weten wat goed of slecht voor ons is, maar er niet in slagen om er consequent naar te handelen? Hoe pas je effectief toe wat je weet om mentale onbalans te voorkomen? Of als de mentale balans verstoord is, hoe herstellen we dit dan?

Gedragsverandering is hierbij de sleutel tot succes. Makkelijker gezegd dan gedaan, want het bewerkstelligen van gedragsverandering en effectief volhouden op de lange termijn blijkt in de praktijk nog steeds een lastige uitdaging. Maar wat maakt gedragsverandering dan zo complex? Hoe hardleers is je brein eigenlijk? En hoe reageert je brein op het doorbreken van patronen en op veranderingen op de korte en lange termijn?

Tijdens deze Koersavond geven we samen met Erik Scherder antwoord op deze vragen en geeft hij een uitvoerig kijkje in de werking van ons brein bij gedragsverandering. Hij benoemt valkuilen en succesfactoren die we letterlijk over het hoofd zien, omdat ze niet zo voor de hand liggen.

Biografie Erik Scherder

Erik Scherder (1951) is hoogleraar Klinische Neuropsychologie aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Hij geeft hier leiding aan de afdeling Klinische Neuropsychologie. Hij is tevens hoogleraar Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit in Groningen (RuG). Scherder heeft een bijzondere interesse voor de relatie tussen beweging en muziek in combinatie met het brein. Dit komt mede voort uit zijn eerdere loopbaan als fysiotherapeut.

Programma Koers Avond

Datum	23 mei 2019
Locatie	Green Village - Blokhoeve 7, 3438 LC Nieuwegein
Tijdschema	18:30 uur inloop & ontvangst 19:00 uur - 21:00 uur Erik Scherder
Voor wie	Bedrijfsarts, Arboverpleegkundige, Psycholoog, Casemanager, Manager, HR/ P&O, A&O deskundige, Arbeidsdeskundige
Toegangsprijs	75 euro per persoon

Verzeker u zelf van deelname door u aan te melden via het dit [aanmeldformulier](#).