

Programma Koers Avond met Erik Scherder

Thema	Preventie – de werking binnen het brein
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

19:00 – 19.30 uur Preventieve én curatieve zorg

Antwoorden op onderstaande vragen:

- 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?

19:30 – 20.00 uur Gedragsverandering

Antwoorden op onderstaande vragen:

- 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?

20:00 – 20.30 uur Valkuilen en succesfactoren

Antwoorden op onderstaande vragen:

- Welke valkuilen zien we letterlijk over het hoofd?
- Welke succesfactoren zien we letterlijk over het hoofd?

20:30 – 21.00 uur Het geheim van Methusalem

Antwoorden op de vragen:

- Wat is het geheim van Methusalem?
- Gelukkig oud worden, kan dat eigenlijk wel?