Programma Masterclass Medisch Leiderschap 12 september 2019

Locatie: NBC, Nieuwegein

Tijd: 16.00 – 18.00 uur (ronde 1), 18.30 – 20.30 uur (ronde 2)

**Tijdens de Masterclass komen 2 onderwerpen aan de orde:**

***Workshop 1: Stress is gezond (als u maar voldoende herstelt)***

**Docenten van het CSR Centrum voor stressmanagement**

Stress heeft twee gezichten: het is goed voor u (sterker nog: zonder stress kom je je bed niet uit), maar het kan ook de gezondheid schaden. U kunt er fantastische prestaties mee leveren, maar ook lichamelijk en psychisch ziek van worden. Maar ziek worden overkomt u niet van de ene op de andere dag. Daar gaat een periode van overbelasting aan vooraf. Hoe reageert uw lichaam op overbelasting en in het bijzonder: wat doet langdurige stress met het brein? Hoe voorkomt u dat u letterlijk ziek wordt van uw eigen gedachten en emoties? Hoe neemt u de regie over uw eigen stress? De antwoorden vinden we in persoonlijkheidskenmerken en een gezonde leefstijl, maar ook erfelijke aanleg en omstandigheden spelen een belangrijke rol.

In deze workshop nemen 2 docenten van het CRS instituut u mee in de boeiende wereld van stress. Het maakt uit hoe u dénkt over de stressvolle dingen die u overkomen, en wat uw overtuigingen zijn. Uw lichaam reageert op uw mindset. Een andere sleutelfactor komt uit de arbeidspsychologie: herstel. Net als in de topsport kunt u uw lichaam en psyche trainen om beter tegen stress te kunnen, maar dient u wel voldoende te herstellen.

***Workshop 2: Less is more, waarom micro machtiger is dan macro***

**Vladan Ilic, huisarts in Amsterdam**

De huisartsencarrière van Vladan Ilic is iets ouder dan de smartphone. Hij heeft de introductie van de marktwerking in de zorg meegemaakt: het tijdperk waarin groei geen grenzen kende. Vladan Ilic stond aan de wieg van de eerste Amsterdamse huisartsencoöperatie die ketenzorg ging regelen. Deze coöperatie telt nu meer dan tweehonderd praktijken en is gevestigd in een mooi kantoor in het centrum van de stad. Ondertussen maakten hij en zijn collega’s met zijn allen een digitale revolutie door en leerden de belangrijkste les van medisch leiderschap: ogen open houden, dogma’s durven loslaten en altijd naar de patiënt luisteren.

Vladan Ilic is nu de leider van een team van twee mensen, een laptop en een smartphone. Zijn praktijk is gereduceerd tot 50 m2 en is voor de helft verplaatst naar de digitale omgeving. Hij is bezig om het huisartsenvak duurzaam te veranderen en klaar te stomen voor een tijdperk waarin geneeskunde definitief en voor altijd gedemocratiseerd wordt .

In deze interactieve workshop gaat u in gesprek over de vraag waarom micro machtiger is dan macro.