

# Jaarcongres Duurzaam Presteren in sport, zorg en bedrijfsleven – 17 april 2020

09:00 - 09:30

Ontvangst met koffie en thee

09:30 - 09:45

Welkom en opening door de dagvoorzitter

*Kasper Janssen, sportarts en auteur van 'De powerapparadox'*

09:45 - 10:30

Zet je biologische klok gelijk!

*Marijke Gordijn, chronobioloog en directeur/wetenschapper Chrono@Work*

10:30 - 11:00

Fit door de nacht; resultaten Intensive Care Jeroen Bosch Ziekenhuis

*Jo van Busse, unithoofd IC, Jeroen Bosch Ziekenhuis*

11:00 - 11:30

Energieke pauze met lichte snack en bezoek stands

11:30 - 12:30

Ronde 1 sessies

12:30 - 13:15

Lunch en bezoek stands

13:15 - 13:45

Meten is weten - de Finse aanpak van stress, herstel en bewegen! (lezing in het Engels)

*Tiina Hoffman, exercise physiologist & master trainer, Firstbeat*

13:45 - 14:15

Rol van bedrijfsleven bij bewaken vitaliteit medewerkers

*Spreker nader bekend te maken*

14:15 - 14:45

Korte pauze, bezoek stands en wisselen van sessie

14:45 - 15:45

Ronde 2 sessies

15:45 - 16:15

Reflectie op de sessies & uitwisselen van ervaringen

*Kasper Janssen, voornoemd*

16:15 - 17:00

Netwerkborrel en bezoek stands