

NKDI/BA&O CONGRES

*Vrijdag 12 mei 2017
van 9.15 - 17.30 uur*



*Thema: Duurzaam inzetbaar,
“Even je geheugen opfrissen”*

HAN (HOGESCHOOL ARNHEM EN NIJMEGEN) LOCATIE ARNHEM

Ruitenberglaan 31

6802 CE ARHEM

Hogeschool  van Arnhem en Nijmegen





Op **vrijdag 12 mei 2017**, organiseert het Nederlands Kennisnetwerk Duurzame Inzetbaarheid (www.NKDI.nl) in samenwerking met de Beroepsvereniging Arbeids- & Organisatieskundigen (www.baeno.nl), een congres bij de HAN Hogeschool Arnhem en Nijmegen met als

Thema: Duurzaam inzetbaar, “Even je geheugen oprissen”

Langer mogen doorwerken, vandaag al gezond en bevlogen ons werk doen: het vraagt veel van ons. Het levert ook op. Werk kan energie geven, structuur en het houdt ons scherp. Maar wat doet het met ons brein? Kan het brein ons hierin helpen en leren hoe we duurzaam inzetbaar kunnen zijn. En hoe zit het met het geheugen? Als we ouder worden vergeten we wel eens wat. Als we een burn out hebben, laat ons geheugen ons nogal eens in de steek. Heeft bijvoorbeeld de cognitieve neurowetenschap antwoorden?

We hebben momenteel veel mogelijkheden om zaken op te slaan op externe geheugens, we kunnen alles opzoeken op internet, we kunnen de hele dag appen, instagrammen of facebooken. Dat doen we dus ook de hele dag. Wat levert het ons in positieve zin op? Zitten hier ook risico's aan vast? Kan ons brein dit allemaal aan. Ligt een verslaving op de loer? En wat te denken van de 24-uurs economie? Welke invloed hebben onregelmatig werken en nachtdiensten op ons en op ons brein?

Kunnen we al deze veranderingen wel de baas? **Panta rhei** is een eeuwenoud filosofische uitspraak en gedachte, die wordt toegeschreven aan de pre-socratische filosoof Heraclitus, en betekent 'alles stroomt'. Mensen leven dus al eeuwen met het gegeven dat niets hetzelfde blijft.

Op dit congres komen bovenstaande vragen aan bod. Inspirerende sprekers nemen ons mee in hun kennis en expertise, delen met ons mogelijke aanpassingen en maatregelen en laten ons met vragen achter. Waar wij dan zelf over na gaan denken en ons brein in beweging houden. Want is dat niet het recept voor duurzame inzetbaarheid: lichaam en geest in goede conditie houden? **Mens sana in corpore sano** is een citaat van lang geleden. Duurzame inzetbaarheid lijkt dus op ouwe wijn in nieuwe zakken. Of toch niet?

En het wordt een dag, die je niet gauw zult vergeten.

Een congres met een zeer acceptabele deelnemersprijs, dat niemand wil missen. Inschrijven kan via de volgende link www.nkdi.nl/bijeenkomsten of www.koosvanderspek.nl

DUURZAAM INZETBAAR: EVEN JE GEHEUGEN OPFRISSEN.

PROGRAMMA en SPREKERS-informatie, congres vrijdag 12 mei 2017:

Locatie: Hogeschool Arnhem, Ruitenberglaan 31 te Arnhem, op loopafstand van NS Arnhem Presikhaaf.

Kosten: Deelnemers: € 119, - BA&O-leden € 109, - en dagstudenten € 29, - incl. BTW

Organisatie: Beroepsvereniging Arbeids - & Organisatiedeskundigen (baeno.nl), Nederlands Kennisnetwerk Duurzame Inzetbaarheid (nkdi.nl) en Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN).

09.15 uur: ontvangst deelnemers

09.45 uur: opening door dagvoorzitters Koos van der Spek (NKDI) en Jill Delgado (Young BA&O)

09.50 uur: welkom namens **BA&O**: Yolanda Kuis, voorzitter BA&O

10.00 uur: prof. dr. Douwe Draaisma (Rijks Universiteit Groningen): **"Feit en fictie over geheugen."**

11.00 uur: pauze

11.20 uur: prof. dr. Monicque Lorst (Rijks Universiteit Groningen):

"Gezond ouder worden: cognitie en het brein."

12.20 uur: lunch

13.30 uur: dr. Teun Aalbers (GainPlay Studio):

"De toekomst van games in de zorg en op de werkvloer"

14.10 uur: dr. Jeroen Lemmens (Universiteit van Amsterdam): **"Schermverslavingen."**

15.05 uur: pauze

15.25 uur: actuele stand van zaken **NKDI**: dr. Annet de Lange (Lector HRM HAN)

15.35 uur: dr. Alexander van Eekelen (CIRCADIAN): **"Onregelmatig Werk: van Brein tot Gedrag."**

16.30 uur: afsluiting door dagvoorzitter

16.35 uur: **netwerkborrel en uitreiking certificaten.**

Douwe Draaisma

“Feit en fictie over geheugen.”

Wat we weten over geheugen, leeftijd en functioneren.



CV: Douwe Draaisma is hoogleraar Geschiedenis van de Psychologie aan de RUG. Vanaf *Waarom het leven sneller gaat als je ouder wordt* (2001) en zijn recente *Als mijn geheugen me niet bedriegt* (2016) heeft hij veel geschreven over het autobiografisch geheugen.

Monicque Lorist

“Gezond ouder worden: cognitie en het brein.”



Mensen zijn in staat zich aan te passen aan de veranderingen die voortdurend plaatsvinden in hun omgeving en in henzelf. Ons gedrag en de manier waarop ons brein informatie verwerkt verandert als we ouder worden. Hoe beter we de werking van ons cognitieve systeem begrijpen, hoe beter we kunnen anticiperen op veranderingen in dat systeem en hoe beter we maatregelen kunnen nemen als het systeem niet of niet meer goed werkt. Deze kennis biedt ons dus niet alleen waardevolle fundamentele inzichten, maar kunnen we ook gebruiken om mens en leefomgeving zo optimaal mogelijk op elkaar te laten aansluiten onder alle omstandigheden.

Monicque Lorist (1962) is professor of Psychology at the University of Groningen. She studied Psychology at the University of Groningen. After she graduated in 1995 from the University of Amsterdam, she returned to the University of Groningen where she worked as postdoctoral researcher on the acute effects of mental fatigue in work situations (NWO PRIORITEIT-programma “Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie”). The fatigue research was continued at the Department of Medical Physiology of the same university. In 2003 she returned to the Department of Experimental Psychology. Since 2012 she is president of Dutch Psychonomics Society. The line of research of her group explicitly aims at enhancing our understanding of mechanisms underlying the dynamics in cognitive performance within and between individuals. Especially the comprehension of changes in the flexibility and limitations of the information processing system in the ageing human brain and how the dynamics in this system might be used to deal with cognitive task demands and to prevent age-related performance deteriorations is of specific importance.

Teun Aalbers

"De toekomst van games in de zorg en op de werkvloer"

We zien steeds meer games of gamificatie om ons heen. Wat kunnen we al op dit gebied? En wat staat ons nog te wachten?



CV: Teun Aalbers (1985) studeerde in 2005 af aan de Hogeschool Arnhem en Nijmegen aan de opleiding Sport, Gezondheid en Management en behaalde in 2009 zijn master "Gezonde Veroudering" van de studie Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit Groningen. Het gebruik van eHealth, en online/mobiele games ziet hij als een mooie uitdaging om de gezondheidszorg mee te verbeteren. Daarom is Teun al tijdens zijn promotieonderzoek over eHealth implementatie, dat hij afrondde in 2016, mede-eigenaar geworden van GainPlay Studio. Een game bedrijf dat applied games maakt voor de zorgsector.

Jeroen Lemmens **“Schermverslavingen”** *De oorzaken en gevolgen van obsessief, overmatig en oncontroleerbaar gebruik van online media*



CV: In 2010 promoveerde **Jeroen Lemmens** als communicatiewetenschapper aan de Universiteit van Amsterdam met een proefschrift over de oorzaken en gevolgen van gameverslaving. Sindsdien is hij daar werkzaam als universitair docent en doet hij onderzoek naar de psychosociale kenmerken van mensen die tekenen vertonen van online verslavingen, zoals verslaving aan sociale media of online gameverslaving. Daarnaast probeert hij met zijn onderzoek te achterhalen welke medium-specifieke eigenschappen ervoor zorgen dat sommige gebruikers overmatig, obsessief en problematisch gebruik vertonen.

Alexander van Eekelen **Onregelmatig Werk: van Brein tot Gedrag.**

Wat zijn de gevolgen van onregelmatige werktijden en wat kan je ertegen doen?



CV: Als psycholoog promoveerde **Alexander van Eekelen** op de werking van de biologische klok in de menselijke hersenen in relatie tot slapen, stress en prestatievermogen. Al snel daarna werd Alexander gegrepen door de problematiek rond onregelmatig werk en begon hij als zelfstandig adviseur zijn theoretische kennis om te zetten in praktische ondersteuning. Nu werk ik met 24/7 organisaties om samen de gezondheid en veiligheid van medewerkers te verbeteren.