

Geef bij aanmelden uw eerste en tweede voorkeur aan!

Deelsessie 1: Feyenoord City, een omgeving die beweging stimuleert.

Met het programma Feyenoord City, gaat Feyenoord niet alleen een nieuw stadion bouwen, maar ook de aangrenzende gebieden en de Kuip herontwikkelen. De nieuwe omgeving moet bewoners en bezoekers uitnodigen om dagelijks te bewegen. Welke innovatieve ideeën kunnen hieraan bijdragen? Denk en doe mee met de ontwikkeling van Feyenoord City! Met Edu Jansing, projectleider Feyenoord City.

Deelsessie 2: Gezonde leefstijl als vanzelfsprekendheid. Welke rol heeft nudging?

Het Rotterdamse LekkerFit! programma loopt eind 2018 af. Ook binnen de vervolgaanpak willen we een gezonde leefstijl bij kinderen én hun ouders stimuleren. Welke rol kunnen nudges hierbij spelen? Laat u meenemen in de wereld van nudging, en denk na over creatieve nudges voor een gezonde leefstijl. Met:

- Semiha Denktas, hoogleraar gezondheidspsychologie en wetenschappelijk directeur van Gezond'R (centrum voor gedragsonderzoek en ontwikkeling) en
- Marlin Kornet, programmamanager Lekker Fit! bij de gemeente Rotterdam.

Deelsessie 3: Veilig, gezond en vitaal op het werk. Wat is de rol van werkgever en werknemer?

Als werkgever heeft u alle baat bij vitale en energieke medewerkers. Daarom zorgt u voor een veilige werkomgeving, en sluit u de belangrijkste risico's op fysieke en mentale overbelasting uit. Maar hoe staat het met de belastbaarheid van uw medewerkers? Zorgen zij goed voor zichzelf, zodat zij om kunnen gaan met de alledaagse fysieke en mentale uitdagingen die het werk biedt? In deze sessie gaan wij dieper in op de belastbaarheid van medewerkers, en de rol die werkgever en werknemer hierin hebben. Met:

- Marcel Balm, gedragsdeskundige en HR-adviseur o.a. werkzaam voor werkgeversvereniging AWWN
- Peter Wemmers, concernmanager opleidingen bij scheepsbouwer Royal IHC
- Patrick van Luijk, olympisch atleet en eigenaar / coach bij vitaliteitscentrum Biocheck

Deelsessie 4: Zittende werkers, kom in beweging!

Veel Nederlanders hebben een zittend beroep. Bijna 4 miljoen mensen zitten meer dan 7 uur per dag. Deze mensen hebben een hoger risico op diabetes en hart- en vaatziekten. Het advies is dan ook: beweeg meer op het werk! Wat kunnen werkgevers en medewerkers doen? En welke rol kan e-health hierin spelen? Laat u inspireren om in beweging te komen! Met:

- Else Lagerweij, projectmanager It's my life
- Carlos Castro van Robedrijf/Roteb
- Merlijn Snijders en Wiwine Bienenmann, initiatiefnemers van *Move More* bij de gemeente Rotterdam

Deelsessie 5: Goede verbindingen in de wijk. Een nieuw digitaal platform?

Zorgprofessionals en aanbieders van leefstijlactiviteiten weten elkaar nog niet altijd goed te vinden. Hoe kunnen we dit verbeteren? Kan een nieuw digitaal platform daar een rol in spelen? Of zijn er andere mogelijkheden? Samen met Rotterdamse zorgorganisaties, zorgprofessionals en aanbieders van leefstijlactiviteiten verkennen we wat nodig is om op wijkniveau de juiste verbindingen te leggen. Onder andere met Rotterdam SportSupport en Sportbedrijf Rotterdam.

Deelsessie 6: Een gezond en lekker voedingsaanbod, hoe pakken we dat aan?

Mensen eten steeds vaker buiten de deur. Een ontbijtje bij een To Go, een snack tussendoor, een traktatie op school, een lunch in de bedrijfs- en sportkantine of een afhaalmaaltijd. Door een gezond en lekker aanbod worden mensen verleid om gezond te eten. Hier zijn nog stappen te zetten. Hoe maken we het aanbod gezonder, en welke obstakels moeten we nog wegnemen? Onder andere met Gerda Feunekes, directeur van het Voedingscentrum.