



AFAS Theater
inspireert beter genieten



DINSDAG 25 JUNI 2024 ROTARY CONGRES MENTALE GEZONDHEID AFAS THEATER LEUSDEN

Rotary 





INHOUD

PAGINA 3

VOORWOORD

PAGINA 4

JOUW BIJDRAGE AAN MENTALE GEZONDHEID

PAGINA 8

PROGRAMMA CONGRES

PAGINA 11

BIOGRAFIEËN DAGVOORZITTER EN SPREKERS

PAGINA 18

BIOGRAFIEËN ARTIESTEN

PAGINA 22

WORKSHOP RONDES

PAGINA 50

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR ONZE PARTNERS

PAGINA 53

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR ONZE SPONSORS

PAGINA 59

PLATTEGROND AFAS THEATER

PAGINA 62

INITIATORS EN ORGANISATOR

PAGINA 65

DANKWOORD



VOORWOORD

Van harte welkom op het Rotary Congres over Mentale Gezondheid!

Deze dag is in meerdere opzichten een belangrijke mijlpaal. Het is allereerst geweldig dat meer dan 100 vrijwillige professionals samenwerken om dit congres tot stand te brengen. Bijna iedereen die betrokken is bij de voorbereiding en de organisatie, is lid van Rotary International, een van de grootste NGO's ter wereld. En nog belangrijker is dat er zoveel bezoekers zijn die het idee delen dat het thema Mentale Gezondheid urgent is en goed op de kaart gezet moet worden, daarin geïnspireerd door een keur aan deskundige en betrokken sprekers en workshopleiders. Samen met MIND, 113 Zelfmoordpreventie, MindUs, VU en Rotaract (de jongerenafdeling van Rotary) hebben Wendy Boog en Stan Uyland voor u een prachtig programma samengesteld. Omdat de verschillende onderwerpen ook echt kunnen 'raken' is er gedurende de hele dag de mogelijkheid om met iemand te praten.

Vandaag is de start van een beweging in heel Nederland, want mentale gezondheid gaat iedereen aan. Wendy en Stan nodigen alle deelnemers aan dit congres uit om ook mee te helpen psychische problemen bespreekbaar te maken. Daarmee wordt dit evenement een vliegwiel voor de Rotary Actie Groep Mentale Gezondheid waarbij iedereen vandaag kan aansluiten. Door dit congres te organiseren, hopen Wendy en Stan expertise en middelen te bundelen, en samenwerking te bevorderen tussen professionals, vrijwilligers en belanghebbenden in de gezondheidszorg. Hiermee dragen zij bij aan een betere mentale gezondheid en welzijn voor iedereen.

Wij wensen u een mooi congres toe en graag tot ziens bij Rotary,

Wendy Boog en Stan Uyland
Gouverneurs district 1600 en district 1570



JOUW BIJDRAGE AAN MENTALE GEZONDHEID



WAT KAN ÍK DOEN?

Het Rotary Congres Mentale Gezondheid is het startpunt van een beweging. Een beweging waarbij mensen vanuit de samenleving zich inzetten voor een betere mentale gezondheid. Hieronder vind je pijlers en vragen die je helpen om te reflecteren op wat je hebt ervaren tijdens dit evenement en hoe je concrete acties kunt ondernemen om de mentale gezondheid, zowel van jezelf als van anderen, te verbeteren.

Neem de tijd om de onderstaande vragen te beantwoorden en noteer je actiepunten voor jouw dagelijks leven:

1. Kennis uitwisselen

- Wat zijn jouw inzichten of ervaringen met betrekking tot mentale gezondheid die je wilt delen?
- Welke kennis of informatie zou jij graag willen opdoen tijdens dit congres?

2. Herkennen

- Hoe kun je vroegtijdig tekenen van psychisch leed herkennen bij mensen in je omgeving?
- Heb je zelf ervaring met het herkennen van signalen van mentale gezondheidsproblemen?



3. Stigma doorbreken

- Op welke manier kun jij bijdragen aan het doorbreken van het stigma rond mentale gezondheid? Welke goede voorbeelden heb je hier vandaag van gezien?
- Heb je voorbeelden van hoe je dit al hebt gedaan in je eigen omgeving?

4. Preventie Stimuleren

- Welke (interventie)methodes en benaderingen heb je vandaag geleerd die je kunnen helpen bij het bevorderen van mentale gezondheid?
- Welke preventieve maatregelen zie jij als effectief in het verbeteren van mentale gezondheid?
- Hoe kun je deze maatregelen implementeren in je eigen leven of gemeenschap?



5. De Dialoog aangaan

- Hoe kun jij open dialogen aangaan óf faciliteren over mentale gezondheid?
- Welke gespreksonderwerpen vind jij belangrijk om aan te snijden in jouw privé- of werkomgeving?

6. Netwerk ontwikkelen en benutten

- Welke mensen of organisaties bieden u materialen of handvatten om aan de slag te kunnen gaan?

Concrete Handvatten:

- Welke concrete acties ga je ondernemen na afloop van dit congres om bij te dragen aan mentaal welzijn?



PROGRAMMA CONGRES





DAGPROGRAMMA

09.00 uur • Inloop

DEEL 1

- 09.30 uur
- Opening programma. Welkom door Wendy Boog en Stan Uyland
 - Speech Gordon McNally
 - Speech Focco Vijselaar
 - Speech Hanna Verboom
 - Performance Hannah Mae
 - Afsluiting en praktische mededelingen ochtendprogramma
- 10.45 uur
- Koffiepauze
-

DEEL 2

- 11.15 uur
- Workshopronde 1
- 12.00 uur
- Workshop ronde 2
- 12.35 uur
- Lunchpauze
- 12.45 uur
- Lunchconcert Aubrey Snell & Trio Tangata
-

DEEL 3

- 13.20
- Opwarmer door Moving Matters
- 13.30
- Start middagprogramma door dagvoorzitter
 - Speech Erik Scherder en Lili Genee
 - Performance Hannah Mae
 - Speech Marc van den Tweel
 - Speech Bas van der Veldt
 - Afsluiting middagprogramma en aankondiging workshops
-

DEEL 4

- 14.35
- Workshopronde 3
- 15.20
- Workshopronde 4
-

DEEL 5

- 15.50 uur
- Opwarmer door Moving Matters
- 16.00 uur
- Start slotprogramma door dagvoorzitter
 - Coaching van Ben Tiggelaar: Wat kan ik doen?
 - Cabaret door Marjolijn van Kooten
 - Wrap-up van de dag in cabaretvorm"
 - Slotwoord door Maarten van Ooijen
 - Uitnodiging partners en gouverneurs/
 - Rotary Actie Groep om convenant te tekenen
 - Tekenend convenant door alle partners
 - Afsluiting programma
- 17.00 uur
- Einde programma



AVONDPROGRAMMA

Benefietdiner

- 17.00 uur** • Inloop/borrel
- 18.00 uur** • Welkom
- Bijdrage Rotary door Wendy Boog en Stan Uyland
- Voorgerecht
- Speech door Pr. R.I. Gordon McInally
- Hoofdgerecht
- Speech Evert Jan Ouweneel
- Muzikale bijdrage Femke de Wolf
- 20.30 uur** • Presentatie convenant
- Dessert en koffie
- Afsluiting



BIOGRAFIEËN DAGVOORZITTER EN SPREKERS



Marieke van Lierop

Dagvoorzitter

Marieke van Lierop, 31 jaar jong, staat bekend als een veelzijdige professional met een passie voor het delen van verhalen en het creëren van betekenisvolle momenten. Als dagvoorzitter, zelfstandig trouwambtenaar en spreker heeft ze de afgelopen twee jaar een uitgebreide ervaring opgebouwd.

Marieke is medeoprichter van het Instagramplatform 'Widowchicks'. Samen met Marieke Foppen heeft ze recent het boek 'Leven in de rouwerij: de zoektocht na verlies en zelfdoding' geschreven, dat vorige maand is uitgebracht. Haar eigen levenservaringen hebben haar geleerd dat het leven bestaat uit pieken en dalen, en dat het belangrijk is om open te staan voor de uitdagingen die het met zich meebrengt.

Marieke koestert het besef dat het niet altijd vanzelfsprekend is om te zeggen dat 'het goed gaat', en daarom zet ze zich in om samen met anderen bijzondere, betekenisvolle en mooie momenten te creëren. Met haar warme persoonlijkheid en haar vermogen om mensen te inspireren, kijkt ze ernaar uit om samen met u een waardevolle en gedenkwaardige dag te beleven!




Gordon McInally

President Rotary International

R. Gordon R. McInally (1958), geboren in Schotland, voltooide zijn opleiding aan de Royal High School in Edinburgh en behaalde zijn tandheekkundig diploma aan de Universiteit van Dundee. Tot 2016 beheerde hij zijn eigen tandartspraktijk in Edinburgh. McInally was voorzitter van de East of Scotland-afdeling van de British Paedodontic Society en bekleedde verschillende academische functies. Daarnaast diende hij als pastorieouderling, voorzitter van het gemeentebestuur van de Queensferry-parochie en commissaris van de algemene vergadering van de Kerk van Schotland.

Gordon werd lid van Rotary in 1984 en heeft sindsdien diverse leiderschapsrollen vervuld, waaronder president en vice-president van Rotary International in Groot-Brittannië en Ierland. Hij heeft ook gediend als directeur bij RI en in verschillende commissies, waaronder recentelijk als adviseur van het Houston Convention Committee 2022 en voorzitter van het Operations Review Committee.





Naast zijn werk bij Rotary is Gordon beschermheer van verschillende non-profitorganisaties, waaronder Hope and Homes for Children en Bipolar UK. Hij is ook ambassadeur voor TradeAid, een initiatief van de Rotary Club van Grantham Kesteven, Engeland. In zijn vrije tijd geniet Gordon van rugby, culinaire ervaringen en stickdressing, een traditioneel Schots ambacht.

Gordon en zijn echtgenote, Heather, ook een Rotarian, zijn actieve supporters van de Rotary Foundation en dragen bij als Paul Harris Fellows en leden van de Bequest Society. Hun gezamenlijke missie is om de wereld te verbeteren, zodat toekomstige generaties, waaronder hun kleindochters Ivy en Florence, kunnen gedijen en bloeien.

Focco Vijselaar

Algemeen directeur VNO-NCW

Focco Vijselaar (1969) is een Nederlandse econoom en bestuurder. Hij studeerde algemene economie aan de Rijksuniversiteit Groningen en promoveerde aan de Universiteit van Amsterdam. Vijselaar begon zijn carrière bij De Nederlandsche Bank en werkte later bij het Centraal Planbureau. In 2018 werd hij directeur-generaal Bedrijfsleven en Innovatie bij het Ministerie van Economische Zaken en Klimaat. In deze rol is hij verantwoordelijk voor het stimuleren van een innovatief en duurzaam bedrijfsleven in Nederland, met aandacht voor energietransitie en digitale economie. Vijselaar staat bekend om zijn diepgaande kennis van economische beleidsvorming en zijn inzet voor het versterken van de concurrentiekracht van Nederlandse bedrijven. Zijn werk heeft bijgedragen aan de ontwikkeling van beleid dat ondernemerschap en innovatie bevordert.



Hanna Verboom

Actrice en sociaal ondernemer

Hanna Verboom (1983) is een Nederlandse actrice, presentatrice en sociaal ondernemer. Ze werd geboren in België en groeide op in diverse Afrikaanse landen voordat ze zich in Nederland vestigde. Verboom studeerde aan de Amsterdamse Toneelschool en Kleinkunstacademie en brak in 2004 door met haar rol in de film "Snowfever". Ze is de oprichter van Cinetree, een platform dat kwaliteitsfilms en documentaires aanbiedt met een focus op maatschappelijke impact. Daarnaast richtte ze de stichting Get It Done en



het platform 'We Are Public' op. Jaarlijks organiseert ze het HER-festival dat verhalen van krachtige vrouwen centraal stelt en het festival 'Uit de Schaduw, waar de bewustwording en het doorbreken van het stigma rondom mentale gezondheid centraal staat. Haar werk combineert creativiteit met een sterke maatschappelijke betrokkenheid, waardoor ze een impactvolle persoonlijkheid is in de Nederlandse media- en culturele sector.

Erik Scherder

Neurowetenschapper

Erik Scherder (1951) is een Nederlandse hoogleraar neuropsychologie, bekend om zijn werk en popularisering van kennis over het brein. Hij studeerde fysiotherapie en psychologie aan de Vrije Universiteit Amsterdam, waar hij later hoogleraar werd. Scherder verwierf brede bekendheid door zijn enthousiaste optredens in media en colleges waarin hij ingewikkelde hersenprocessen toegankelijk maakt voor een groot publiek. Hij richt zich op onderwerpen als de invloed van beweging en muziek op de hersenen en de preventie van neurodegeneratieve aandoeningen. Scherder heeft diverse boeken geschreven en is regelmatig te gast in televisieprogramma's, waar hij zijn expertise deelt met een breed publiek. Zijn bevoegdheid en vermogen om wetenschap op een begrijpelijke en boeiende manier te presenteren, hebben hem tot een geliefde en gerespecteerde figuur gemaakt in zowel de wetenschappelijke gemeenschap als daarbuiten.

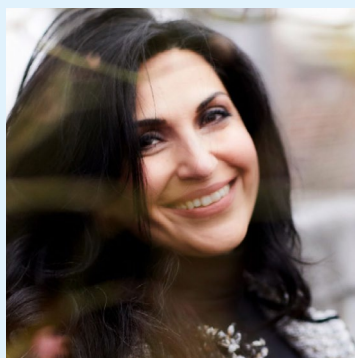


Lili Genee

Schrijver en gezondheidsexpert

Lili Genee groeide op in Teheran, met de poëzie van Rumi en Hafez en was ze altijd doordrongen van de verbanden tussen lichaam, hersenen en sociale omgeving. Toen ze na een internationaal schoolverleden, 2 wetenschappelijke studies en een carrière in consultancy (crisis- en veranderingmanagement) moeder werd, besloot ze zich hier verder in te verdiepen.

Haar persoonlijke zoektocht naar de juiste balans, groeide uit tot een ongekennde passie. Ze deed uitgebreid onderzoek, ging bij de beste voedingsdeskundigen in de leer en zocht contact met topspecialisten wereldwijd. Met haar eerste boek *Vullen of Voeden* – dat een bestseller werd – deelden zij inzichten op voedingsgebied. Daarna groeide een breder perspectief over welzijn en duurzaam (op)voeden en zelfreflectie dat de basis



werd voor een multidisciplinair platform, "Vullen of Voeden". Via dit platform werkt zij vanuit persoonlijke bevoegenheid als ondernemer en adviseur aan concepten rondom gedragsverandering en welzijn.

Enkele voorbeelden hiervan zijn: de Bewuste Kantine; www.vullenofvoeden.nl, de schijf van mijn lijf.nl en Groeiboek voor Opvoeders.

Marc van den Tweel

Algemeen directeur NOC-NSF

Marc van den Tweel (1964) is algemeen directeur van sportkoepel NOC*NSF en toezichthouder bij Rewilding Europe, het Rijksmuseum van Oudheden, FREE Nature en Papendal. Met zijn ondernemende aanpak en diepgaande kennis van zowel de markt als de maatschappij, wordt hij beschouwd als een invloedrijke figuur op het snijvlak van deze domeinen. In 2021 werd hij erkend als de nummer 1 in de DDB 100, een ranglijst van de meest invloedrijke personen in de filantropie.



Voorheen bekleedde Marc leidinggevende posities bij organisaties zoals Natuurmonumenten en het Ronald McDonald Kinderfonds. Hij heeft ook bijgedragen aan het Wereld Natuur Fonds als directeur marketing & communicatie. Met zijn achtergrond als adviseur en projectmanager bij Twynstra Gudde heeft hij waardevolle ervaring opgedaan in het werken met overheden en internationale bedrijven.

Als auteur heeft Marc in 2021 twee boeken gepubliceerd: "Marktgericht, missiegedreven" en "Uit balans, werken aan natuurbescherming" (samen met Bjørn van den Boom). Daarnaast heeft hij een indrukwekkende hoeveelheid artikelen en columns geschreven over sport, natuurbescherming, politiek en de 'civil society'.

Bas van der Veldt

CEO Afas Software

Bas van der Veldt (1979) is een Nederlandse ondernemer en CEO van Afas Software, een familiebedrijf dat bedrijfssoftware ontwikkelt. Hij studeerde bedrijfseconomie aan de Universiteit van Utrecht. Van der Veldt begon zijn carrière bij AFAS in 2000 en groeide snel door binnen het bedrijf. In 2007 werd hij CEO en sindsdien heeft hij AFAS succesvol geleid naar aanzienlijke groei en innovatie. Onder zijn leiding won AFAS meerdere prijzen voor



zowel hun bedrijfsvoering als hun softwareproducten. Van der Veldt staat bekend om zijn visie op leiderschap en organisatiecultuur, waarbij hij veel nadruk legt op transparantie, verantwoordelijkheid en werkplezier. Naast zijn werk bij AFAS is hij een veelgevraagd spreker en auteur van boeken over leiderschap en ondernemerschap. Zijn benadering combineert zakelijke scherpte met een mensgerichte managementstijl.

Ben Tiggelaar

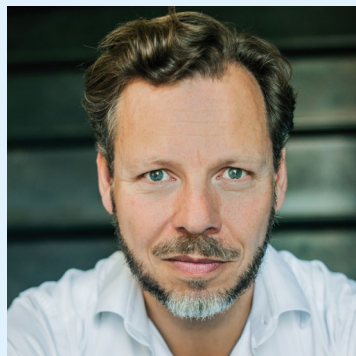
Gedragswetenschapper en schrijver

Ben Tiggelaar (1969) is een Nederlandse bedrijfskundige, auteur van managementboeken en een gerenommeerde trainer. Met zijn scherpe inzichten en praktische benadering wordt hij beschouwd als een autoriteit op het gebied van leiderschap en verandermanagement.

Na zijn studie communicatiewetenschap aan de Universiteit van Amsterdam, heeft Tiggelaar een rijke carrière opgebouwd. Hij heeft gewerkt als redacteur voor het tijdschrift Adformatie en als intern adviseur bij ABN AMRO, voordat hij in 1996 zijn eigen onderneming startte. Sindsdien heeft hij talloze trainingen gegeven en inspirerende boeken geschreven die leiders en professionals helpen om effectiever te zijn in hun werk.

In 2010 behaalde Tiggelaar zijn doctoraat in de economische wetenschappen en bedrijfskunde aan de Vrije Universiteit Amsterdam, met zijn proefschrift "The Core of the Matter". Dit baanbrekende onderzoek richtte zich op de haalbaarheid en effectiviteit van gedragsgerichte interventies in Nederlandse organisaties.

Wat Tiggelaar onderscheidt, is zijn benadering vanuit het 'dual system', waarbij hij erkent dat bewust, gepland gedrag vaak minder voorkomt dan onbewust, automatisch gedrag. Zijn inzichten en advies hebben talloze individuen en organisaties geholpen om positieve veranderingen te realiseren en effectiever te worden in hun doelen. Als columnist bij NRC, waar hij werk en management bespreekt, deelt hij regelmatig zijn waardevolle inzichten met een breed publiek.

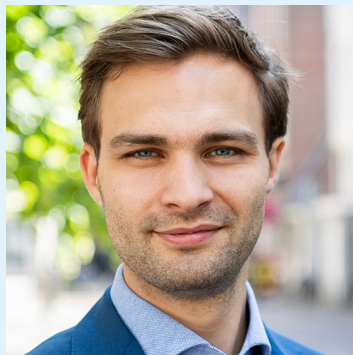




Maarten van Ooijen

Demissionair staatssecretaris Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Maarten van Ooijen (1989) is een Nederlandse politicus voor de ChristenUnie. Hij studeerde bestuurs- en organisatiewetenschap aan de Universiteit Utrecht en behaalde zijn masterdiploma in Besturen van Veiligheid. Van Ooijen begon zijn politieke carrière als gemeenteraadslid in Utrecht in 2014. In 2018 werd hij wethouder in Utrecht, verantwoordelijk voor zorg, welzijn, jeugd en sport. Tijdens zijn wethouderschap richtte hij zich op het versterken van de zorgstructuren en jeugdhulp in de stad. In 2021 trad Van Ooijen toe tot het kabinet-Rutte IV als staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. In deze rol zet hij zich in voor de geestelijke gezondheidszorg, preventiebeleid en de aanpak van kindermishandeling. Van Ooijen staat bekend om zijn betrokkenheid bij maatschappelijke vraagstukken en zijn pragmatische aanpak om duurzame oplossingen te vinden.



Evert Jan Ouweneel

(Avondprogramma)
Strategiedirecteur Identiteit Leger des Heils

Evert Jan Ouweneel (1970) is cultuurfilosoof met een bijzondere interesse voor grote maatschappelijke ontwikkelingen in heden en verleden: wereldtrends, wereldmachten, wereldreligies en wereldgeschiedenis. Tegelijk geeft hij organisaties advies over gevoelige beleids- en identiteitskwesties. Momenteel is hij onder meer landelijk strategiedirecteur binnen het Leger des Heils. In zijn speech staat Evert Jan Ouweneel stil bij de vele kwesties die nu spelen en hoe al die kwesties bij elkaar een flinke aanslag doen op onze mentale gezondheid. Hoe de moed erin te houden en toch een positief verschil te maken nu zoveel zaken een verontrustende kant op bewegen? Evert Jan laat ons naar huis gaan met zeven positieve tegenhoudingen.





BIOGRAFIEËN ARTIESTEN



Hannah Mae

Zangeres

Hannah Mae is een getalenteerde Nederlandse singer-songwriter die bekendheid verwierf met haar authentieke en melodieuze folk-popmuziek. Geboren en getogen in Drenthe, heeft ze een sterke band met haar roots, wat duidelijk terugkomt in haar muziek. Hannah Mae brak door met haar hit "Waterdicht," het nummer dat het thema mentale gezondheid aankaart. Het lied kreeg veel aandacht op nationale radiostations en leverde Hannah een breder publiek op. Hierdoor heeft Hannah zich weten te vestigen als een veelbelovende artiest in de Nederlandse muzikscene. Ze trad op bij diverse festivals en evenementen, en kreeg lof voor haar authentieke en oprechte optredens. Haar muziek wordt gekenmerkt door persoonlijke en emotionele teksten, gecombineerd met een warme en heldere stem. Binnenkort is Hannah Mae te zien in het programma 'Beste Zangers'.



Marjolijn van Kooten

Psychologe en cabaretière

Marjolijn van Kooten (1971) is een Nederlandse cabaretière, bekend om haar scherpe en humoristische aanpak van psychische gezondheidsthema's. Na een carrière als psycholoog besloot ze zich volledig op cabaret te richten. Haar debuutvoorstelling "Ik zie de bui al hangen" (2015) werd enthousiast ontvangen en kenmerkt zich door een mix van persoonlijke verhalen, humor en muziek. Van Kooten gebruikt haar eigen ervaringen met depressie en angststoornissen als inspiratiebron, waardoor ze op een authentieke en taboedoorbrekende manier over mentale gezondheid spreekt. Naast haar solo-optredens heeft ze ook samengewerkt met andere bekende cabaretiers en artiesten. Van Kooten is een voorvechter van het bespreekbaar maken van psychische problemen en zet zich in voor destigmatisering van deze onderwerpen. Haar werk wordt gewaardeerd om de combinatie van kwetsbaarheid en humor, waardoor ze een unieke stem in het Nederlandse cabaretlandschap is.



Aubrey Snell & Trio Tangata

(Lunchconcert Rembrandtzaal)

De combinatie saxofoon, bandoneon en piano komen niet vaak voor, terwijl deze verrassend mooi blijkt te zijn. Zo nam Piazzolla in zijn tango's duidelijk elementen van Bach op.

De saxofoniste Aubrey Snell en Trio Tangata combineren vanmiddag schijnbaar moeiteloos elementen uit de klassieke barok en de Argentijnse tango met elkaar, waarbij de combinatie saxofoon met bandoneón, contrabas en piano een extra kleur aan de zwoele tango's geeft. Johan Sebastian Bach en Astor Piazzolla vormen de rode draad in deze voorstelling vol passie, ontroering, klassieke schoonheid en virtuositeit.



Femke de Wolf en Bart Hanswijk

(Avondprogramma)

Femke de Wolf

Zangeres, liedjesschrijver en verhalenverteller

In 2021 bracht ze haar eerst album "Ruimte om te zijn" uit. Een album dat hoorde bij haar theatervoorstelling "Gewoon Fem". Twee jaar lang (te) hard werken aan een voorstelling en album resulteerde helaas in een burn-out. Ze zegt daarover: "Dat was de prijs die ik moest betalen voor altijd maar aanstaan en mij zelf geen rust gunnen. Ik heb daar veel van geleerd." Nu werkt Femke aan een nieuw album waarop sferische popliedjes te vinden zijn over bijvoorbeeld: leven vanuit rust, elkaar ontmoeten voorbij de schone schijn en je angsten voorbij dansen. Haar eerste single "Dans met mij" komt uit in september van 2024.

Ze werkt aan een Nederlandstalig album waarop eerlijke, uit het leven gegrepen, sferische popsongs zijn te vinden. Haar eerste single "Dans met mij" komt uit in september van 2024. In de loop van een jaar zullen er nog drie singles volgen.

Ondertussen reist Femke het land door om haar werk alvast in kleine akoestische settings te delen. Kenmerkend voor haar zijn haar aangename authenticiteit, waardoor ze zich gemakkelijk verbindt met haar luisteraars, en de combinatie van liedjes en verhalen tijdens haar optredens.





Bart Hanswijk

Componist en pianist

Hij is betrokken bij het nieuwe album van Femke en begeleidt haar vanavond. In zijn dagelijks leven maakt hij troostvolle neoklassieke muziek onder de artiestennaam Barth.





WORKSHOP RONDES



Workshopronde 1.1 Vermeerzaal

11.15 - 11.50

De Diagnose Voorbij

Door Fleur Velders, UMC Utrecht

In deze workshop "De Diagnose Voorbij" gaat medisch hoofd kinderpsychiatrie Fleur Velders in op de huidige situatie in de GGZ, inclusief de toegenomen wachtlijsten. Ze bespreekt de noodzaak voor verandering gericht op preventie en herstel.

De workshop biedt Velders een nieuw perspectief op de aanpak van mentale problemen binnen de psychiatrie, waarbij de focus ligt op de bredere context van mentale problemen in plaats van op stoornissen. Een aanpak waarin het persoonlijke verhaal centraal staat en een mens gerichte benadering wordt bevorderd. Velders zal hiervoor de 'netwerk intake' introduceren, een van de innovatieve methoden die is ontwikkeld in het UMC Utrecht door Prof. dr. Floortje Scheepers. Fleur Velders en Floortje Scheepers werken vanuit dezelfde missie: Niet de diagnose als eindpunt, maar hoe oplossingen te vinden vanuit een mens gerichte aanpak.



Fleur Velders is kinderpsychiater, onderzoeker en medisch hoofd van de zorglijn kinderpsychiatrie in het UMC Utrecht. Ze pleit voor een mensgerichte benadering in de psychiatrie, waarbij samenwerking met de patiënt en hun netwerk centraal staat.



UMC Utrecht

Workshopronde 1.2

Theaterzaal

11.15 - 11.50

Creëer een gezond werkklimaat: Een leidraad voor werkgever en werknemer

Door Simone Jansen, ABN Amro

55% van de uitval op de werkvloer blijkt haar oorsprong te vinden in 'psychisch lijden' aldus de data binnen een prominente ARBO-organisatie in Nederland. In bedrijven en organisaties kan het worstelen met de mentale gezondheid een kwetsbaar onderwerp zijn. Werknemers kunnen zich gestigmatiseerd tot 'zwak' voelen wanneer zij openlijk voor hun persoonlijke conditie uitkomen.



Simone Jansen werkt bij ABN AMRO in een high performance omgeving die veel van je vraagt en de mentale stabiliteit uitdaagt. Dit heeft ertoe geleid dat zij de wegen ging verkennen voor educatie en preventie, om taboes te doorbreken en om vanuit managementniveau een gezond werkklimaat te creëren.

In haar workshop deelt Simone de bevindingen van haar onderzoek, n.l.:

- Welke stigmatisering we zien op de werkvloer op het vlak van mentale aandoeningen.
- Hoe je als werknemer met jouw werkgever in gesprek kunt gaan en tot goede werkafspraken kunt komen om stigmatisering te voorkomen.
- Hoe jij als werkgever kunt bijdragen aan een gezond werkklimaat en uitval door spanningsklachten kan minimaliseren met behulp van educatie en preventie.

Simone brengt haar verhaal op gevarieerde wijze, van dilemma's tot voorbeelden van interventies vanuit ketenbeschouwingen.

Simone Jansen is topvrouw bij de ABN AMRO en lid van de Adviesraad Werkgevers bij Stichting 113.



Workshopronde 1.3 Vincent van Goghzaal

11.15 - 11.50

De kracht van zelfregiecentra in Nederland

Door Lori van Egmond en Sonja Visser, Nederlandse Vereniging Zelfregie en Herstel (NVZH)

In deze interactieve workshop verkennen we het concept van zelfregiecentra en hun rol als een oplossing binnen onze samenleving voor individuen die worstelen met hun mentale gezondheid. We duiken dieper in de methoden en principes van zelfregiecentra en delen inspirerende ervaringsverhalen die zowel de persoon met een psychische aandoening als hun omstanders belichten.

Wat kunt u verwachten:

1. Inleiding tot Zelfregiecentra: Ontdek wat zelfregiecentra zijn en hoe ze functioneren als 'kansrijke context' voor persoonlijk en maatschappelijk herstel.
2. Ervaringsverhalen: Luister naar verhalen die de waarde en impact van zelfregiecentra op individuen en gemeenschappen illustreren.
3. Verken een succesvol zelfregiecentrum waar zowel lokale gemeenschappen als overheden dit initiatief omarmen.
4. Betrokkenheid en Actie: Leer hoe u actief betrokken kunt raken bij zelfregiecentra, of zelfs een initiatief kunt starten vanuit eigen omgeving.



Sonja Visser en Lori van Egmond zijn beide gedreven ambassadeurs van zelfregie en herstel in de context van mentale gezondheid. Sonja en Lori zetten zich in, vanuit hun rol van directeur / bestuurslid van de (jonge) Nederlandse Vereniging voor Zelfregie & Herstel (NVZH), voor het realiseren van een landelijk dekkend netwerk van zelfregiecentra. Met als doel dat alle inwoners met psychische klachten, laagdrempelig, dichtbij en op eigen tempo aan hun herstel kunnen werken.

Sonja en Lori hebben beiden een sterke visie en veel kennis en ervaring in relatie tot de ggz, mentale gezondheid, community building, sociale ondernemerschap en sociale innovaties.



Workshopronde 1.4 **VOL** Mondriaanzaal

11.15 - 11.50

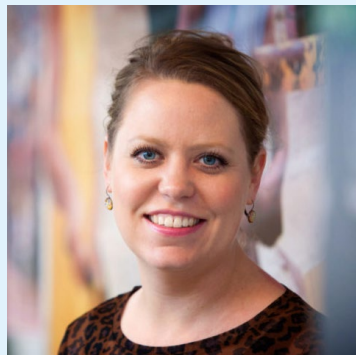
Weerbaarheid en Preventie voor kinderen en jeugd

Door Annelies Peekstok en Suzanna Kooistra,
Stichting de Hoop

Welke betekenisvolle invloed kun je als volwassene hebben op jongeren in deze mentaal kwetsbare fase?

Al heel jong kunnen kinderen en jongeren worstelen met grote problemen. Denk bijvoorbeeld aan misbruik, verslaving en gedachten aan zelfdoding. Zelf komen ze er vaak niet uit. Mentale gezondheid onder jongeren wordt de laatste tijd dikwijls als probleem beschreven. En uiteraard is er een (substantieel) aantal jongeren die worstelen in en met het leven. Voor de meeste jongeren en hun ouders, verzorgers, opleiders en jeugdleiders is de adolescentie een weliswaar lastige, maar ook bruisende fase in het leven.

Annelies Peekstok en Suzanna Kooistra geven vanuit de ontwikkelingspsychologie inzichten en handvatten over hoe je de mentale weerbaarheid van jongeren kunt bevorderen en kunt bijdragen aan het beperken van het aantal jongeren dat een beroep moet doen op de GGZ. Deze workshop is bedoeld voor iedereen die een hart heeft voor jongeren en hun mentale gezondheid op de langere termijn wil helpen bevorderen.



Deze workshop wordt gegeven door Annelies Peekstok, Psychotherapeut en GZ-psycholoog bij De Hoop en Suzanna Kooistra, Trainer bij Stichting Chris en Voorkom!



Workshopronde 1.5 **VOL** Rembrandtzaal

11.15 - 11.50

Rotaract Panelgesprek:

Ontdek de diepgaande oorzaken en gevolgen van burn-outs onder jongeren

Ontdek de diepgaande oorzaken en gevolgen van burn-outs onder jongeren. In de vorm van een panelgesprek gaan we in op:

- De voornaamste aanleidingen voor burn-outs bij adolescenten.
- De impact van burn-outs op hun leven, studies en toekomstperspectieven.
- Het herkennen van signalen die wijzen op mentale gezondheidsproblemen.
- Het belang van zelfzorg als preventieve maatregel tegen burn-outs.
- Effectieve strategieën voor stressmanagement in een veeleisende wereld.



Dit panelgesprek biedt ruimte om inzichten te delen, standpunten te bespreken en collectief te werken aan het aanpakken van burn-outs onder adolescenten. Het gesprek wordt geleid door Rotaract-lid Steven Cieraad. Hoofdspreker Sally Clarke, psychologe, en diverse jongeren maken deel uit van het panel.

Sally Clarke is auteur, onderzoeker, keynote speaker en thought leader op het gebied van burn-out preventie. Zij is een voormalige finance advocaat, en nu co-directeur bij Human Leaders, senior consultant bij Infinite Potential en co-host van de We Are Human Leaders podcast. Ze heeft de missie om welzijn op het werk te verankeren, zodat burn-out een overbodige term wordt. Zij is mede-onderzoeker en auteur van het 'State of Workplace Burnout 2024 rapport'. Haar eerste boek, *Protect Your Spark*, begeleidt individuen bij het prioriteren van welzijn en het voorkomen van burn-out. Sally is Australische en verdeelt haar werktijd tussen Amsterdam en Australië.

Lees verder op volgende pagina



Steven Cieraad is 30 jaar en woont in Heesch. Al 5 jaar is hij lid van de Rotaract Utrecht. Steven werkt bij de Technische Unie, als manager sales. Met zijn creatieve en vooruitstrevende geest ziet hij zichzelf als entrepreneur binnen organisatie. Binnen zijn organisatie staat hij met plezier regelmatig voor groepen en presenteert hij graag. Stevens kracht is het samenbrengen van mensen en het bewerkstelligen van creatieve producten. Naast dat hij erg houdt van gezelligheid, levert hij ook graag een maatschappelijke bijdrage in zijn vrije tijd. Dit uit zich onder andere in een functie binnen het landelijk bestuur van de Rotaract.





Workshopronde 2.1 **Vincent van Goghzaal**

12.00 - 12.35

Mentale gezondheid in de wijk!

Door Hilde Koelmans, Simone Melis en Thomas Pruijssen, Mind

Hoe ga je om met je naaste, buurman of buurvrouw waarvan je vermoedt dat deze mentaal vastloopt? MIND heeft tips en tools hoe je hiermee aan de slag kan. Met medewerkers van MIND en ervaringsdeskundigen ga je in gesprek over welke vragen juist helpend zijn en welke juist niet. Na de workshop ben je minder handelingsverlegen en weet je waar je terecht kunt en wat je zelf kan doen. Zo kan de Rotary een verbindende rol spelen met wijkteams, sociale initiatieven in de wijk en een wijkagenda (bv. Rond mensen met verward gedrag op straat). Een belangrijke rol is weggelegd voor zelfregie- en herstelcentra die nu langzaam een landelijk dekkend netwerk krijgt voor in iedere gemeente. Rotary zou zich voor deze centra in kunnen zetten met een concreet project. Hierover gaan we graag in gesprek, zodat je na deze workshop met veel enthousiasme zelf met mentale gezondheid aan de slag kan gaan.

De workshop wordt geleid en begeleid door Hilde Koelmans, Simone Melis en Thomas Pruijssen.

Lees verder op de volgende pagina



Binnen MIND houdt Simone Melis houdt zich als manager en adjunct-directeur beleid & belangenbehartiging bezig met het beïnvloeden van landelijke politieke besluitvorming en beleid op een breed palet aan GGZ-onderwerpen.

Thomas Puijssen is beleidsmedewerker 'Destigmatisering & Arbeid, armoede en schulden'. Thomas zet zich uit eigen ervaring in voor een inclusieve samenleving voor mensen met psychische kwetsbaarheid en geeft veel workshops en trainingen hoe we in de samenleving daar meer ruimte voor kunnen maken.

Hilde Koelmans is beleidsmedewerker 'Kwaliteit van Leven'.

Hilde houdt zich bezig met de vraag hoe het maatschappelijke veld ingericht zou kunnen worden om de kwaliteit van leven van mensen met een psychische kwetsbaarheid te verbeteren.



Workshopronde 2.2

Theaterzaal

12.00 - 12.35

Impact van persoonlijke verhalen delen

Door Hanna Verboom, Cinetree

We bevinden ons in een mentale gezondheids crisis: bijna de helft van de Nederlanders worstelt in hun leven met mentale gezondheid maar de wachtlijsten voor psychische zorg lopen op. We staan dus voor de enorme uitdaging om met elkaar het systeem te veranderen. Preventieve, laagdrempelige en hoopvolle initiatieven kunnen de sleutel tot de oplossing zijn.

Een samenleving waarin zorg binnen handbereik is en toegankelijk voor iedereen. Juist als het hard nodig is. Ervaringsdeskundigen (binnen organisaties) kunnen daar een grote en belangrijke rol in spelen. Zeker in de rol van vertrouwenspersoon. Hun verhalen (en ervaringen) zorgen voor herkenning en bieden hulp in het herstelproces van anderen.

Hoe maken we het zo makkelijk mogelijk om hulp te vragen en te bieden?
Op een interactieve manier worden onderwerpen besproken als:

- Het taboe op mentale gezondheid doorbreken
- De kracht van mensen met een psychische variatie versus de kwetsbaarheid
- Het belang van ervaringsdeskundigen en zelfregie(centra)
- De potentie van ervaringsdeskundigen als vertrouwenspersoon binnen een organisatie
- De rol van (hoopvolle) ervaringsverhalen in de media
- De kracht en impact van films en documentaires

Cinetree – een filmclub met een missie – geeft hoopvolle verhalen een podium en werkt continue aan nieuwe Originals over maatschappelijke onderwerpen om het grote publiek bewustzijn en inzicht te bieden.



Hanna Verboom is een Nederlandse actrice, oprichter van Cinetree, en pleitbezorger voor mentale gezondheid. Ze gebruikt storytelling en media om bewustzijn te creëren en stigma's rond mentale gezondheid te doorbreken.

Workshopronde 2.3 **VOL** Vermeerzaal

12.00 - 12.35

Finding Purpose: Succesvol ondernemerschap voor de 21e eeuw

Door Erik Smithuis, directeur ICM Opleidingen & Trainingen

Zingeving en het vinden van een betekenisvol doel in je leven en werk is essentieel voor onze (mentale) gezondheid.

Een sterk gevoel van zingeving fungeert als een krachtig kompas, waardoor we beter in staat zijn om de uitdagingen het hoofd te bieden. Het vinden van een dieper doel vergroot ons gevoel van verbondenheid en veerkracht. Dit leidt tot meer voldoening en geluk.



Tijdens deze workshop neemt Erik Smithuis, mede-oprichter van opleidingsinstituut ICM Opleiding & Trainingen, je mee in het inspirerende verhaal achter ICM en ICM's purpose, waardoor de organisatie inmiddels veelvuldig is verkozen als één van de beste werkgevers van Nederland én het afgelopen jaar zelfs als beste werkgever voor vrouwen in Nederland.

Door zingeving en geluk te integreren in zijn benadering van leiderschapontwikkeling en persoonlijke groei, streeft Erik ernaar om individuen te stimuleren een leven te leiden dat niet alleen succesvol is op professioneel gebied, maar ook vervuld en gelukkig is op persoonlijk niveau.

Na zijn studie Economie aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en een aantal jaren werkzaam te zijn geweest bij corporate organisaties is Erik Smithuis al ruim 20 jaar een bevoegen ondernemer en (mede-) oprichter van ICM Opleidingen & Trainingen. ICM heeft zich ontwikkeld tot een vooraanstaand opleidingsinstituut met ruim 150 medewerkers en 400 professionals.

icm
Opleidingen & trainingen



Workshopronde 2.4 **VOL** Mondriaanzaal

12.00 - 12.35

Empower Girls: Breaking Bias, Building Resilience

Door Debbie Kenyon-Jackson en Chris Zylicz, Girls' Empowerment

In onze Westerse samenleving worden meisjes op jonge leeftijd al geconfronteerd met vooroordelen die een grote impact hebben op hun mentale gezondheid en ontwikkeling. Tijdens deze workshop onderzoeken we de oorzaken en gevolgen van deze vooroordelen, en hoe ze zich manifesteren in het dagelijks leven van meisjes. We bespreken concrete voorbeelden uit de praktijk, zoals zelfbeschadiging, eetstoornissen, druk om aan schoonheidsidealen te voldoen, en online seksueel gedrag (sexting).

Tijdens de workshop besteden we aandacht aan:

- de vooroordelen waarmee meisjes te maken krijgen.
- concrete handvatten om deze vooroordelen tegen te gaan en meisjes te empoweren.
- hoe je een rol kunt spelen in het ondersteunen van meisjes bij een gezonde (mentale) ontwikkeling.

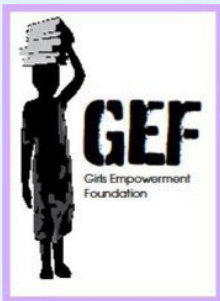
De workshop van Girls' Empowerment creëert niet alleen bewustwording over het cruciale belang om meisjes te ondersteunen, maar biedt ook concrete handvatten om deze vooroordelen tegen te gaan en meisjes te empoweren. Deze workshop is een oproep tot actie, waarbij we gezamenlijk streven naar een samenleving waarin meisjes de ruimte krijgen om zichzelf te zijn en te floreren.

Lees verder op de volgende pagina



Debbie Kenyon-Jackson is Ambassadeur van Girls' Empowerment.

Chris Zyliz is creatief therapeute, banket-bakster, ervaringsdeskundige en initiatiefneemster van Bakkerij KoekKoek, zorgbakkerij in Nijmegen. Had vanaf haar tienertijd last gehad van depressies, waardoor zij al vroeg kennis maakte met de jeugdhulpverlening. Vandaag de dag zet zij zich in om jongeren die het moeilijk hebben iets te bieden waar ze voor uit bed willen komen, een plek waar ze gemist worden als ze er niet zijn, een plek waar naar talenten gekeken wordt en niet naar beperkingen. Tijdens de workshop deelt zij haar ervaringen en visie op zorg om samen de geestelijke gezondheidszorg beter te maken in Nederland.



Workshopronde 2.5 Rembrandtzaal

12.00 - 12.35

Rotaract Panelgesprek: Prestatiefascinatie

Het panelgesprek over prestatiefascinatie zal zich richten op het effect van resultaatgerichtheid en prestatiedruk op de mentale gezondheid van jongeren. In dit gesprek wordt gesproken over de gevolgen voor de mentale gezondheid van jongeren met de voortdurende druk om te presteren, zowel op school als in hun persoonlijke leven. Deskundigen op het gebied van psychologie en onderwijs zullen hun inzichten delen vanuit onderzoek en de praktijk. We bespreken ook hoe sociale media en maatschappelijke verwachtingen deze druk verder versterken. Het panel zal mogelijke oplossingen verkennen, zoals het bevorderen van een gezonde balans tussen inspanning en ontspanning, het waarderen van persoonlijke groei boven prestaties, en het creëren van een ondersteunende omgeving waar jongeren zich veilig voelen om hun uitdagingen te delen..

Het gesprek wordt gevoerd door:

1. Sally Clarke:

Sally is een auteur, onderzoeker, keynote speaker en thought leader op het gebied van burn-out preventie. Met haar boek en vele lezingen biedt zij diepgaande inzichten in hoe prestatiedruk en perfectionisme bijdragen aan burn-out, en hoe jongeren hiermee om kunnen gaan.

2. Mark Buck:

Mark vertegenwoordigt Verus, de vereniging voor katholiek en christelijk onderwijs. Met zijn uitgebreide ervaring in het onderwijsveld zal hij spreken over de invloed van schoolcultuur en onderwijspraktijken op de mentale gezondheid van leerlingen. Hij biedt een unieke kijk op hoe scholen een meer ondersteunende en evenwichtige leeromgeving kunnen creëren.

Lees verder op de volgende pagina



3. Hannah Mae:

Hannah is een bekende zangeres die openlijk spreekt over haar eigen ervaringen met prestatiedruk en mentale gezondheid. Haar persoonlijke verhaal zal jongeren inspireren en laten zien dat zelfs succesvolle artiesten met dezelfde uitdagingen worstelen.



4. Frederieke Vriends:

Frederieke Vriends begon haar loopbaan als neuropsycholoog en maakte daarna de stap naar de consultancy en werkte later als manager van verschillende afdelingen in een Academisch Ziekenhuis, zoals hoofd kwaliteit en veiligheid en hoofd Strategie en Innovatie. Ze was een van de oprichters van Amsterdam Hacking Health en werkte als strategisch adviseur voor een aantal transformationele projecten geïnitieerd door het Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport.



Workshopronde 3.1

Vermeerzaal

14.35 - 15.10

De CHECKERS: meer grip op de mentale gezondheid van jongeren

Door Sander Sloomaker en Frederieke Vriends, Mind US

De mentale gezondheid van jongeren in Nederland staat onder druk. Meer dan de helft van de jongeren (16-25 jaar) kampt met mentale problemen en ruim 75% van de psychische klachten ontstaat vóór het 25e levensjaar. MIND Us wil dat jongeren en jongvolwassenen in de leeftijd van 12-27 jaar meer grip krijgen op hun mentale gezondheid, zich veerkrachtig ontwikkelen en hulp weten te vinden als dat nodig is. MIND Us werkt hierbij altijd en overal samen met jongeren. Zij bepalen mede de koers en de aanpak.

Volwassenen in de omgeving van jongeren, zoals sportcoaches, docenten, familieleden of een buurman kunnen een belangrijke rol spelen en daarmee voorkomen dat beginnende mentale klachten verergeren.

Door te herkennen dat een jongere niet lekker in zijn/haar vel zit, een goed gesprek te voeren en weten hoe je verder kunt helpen, kunnen jongeren op de juiste manier en vooral vroegtijdig de juiste support krijgen. In maart 2024 is in aanwezigheid van Hare Majesteit Koningin Máxima, DE CHECKERS gelanceerd. Deze online tool is erop gericht volwassenen te leren hoe zij jongeren met beginnende mentale klachten kunnen ondersteunen door een luisterend oor te bieden en de juiste vragen te stellen. In deze workshop word je meegenomen in het werk van MIND Us en DE -tool en leer je als volwassene te signaleren, te herkennen & te verbinden.

Deze workshop wordt geleid door Sander Sloomaker, relatiemanager en partnerships Mind Us en Frederieke Vriends, directeur Mind Us.

“Sander Sloomaker is ‘Manager strategic partners en fundraisers’ bij Mind Us. Met een achtergrond in psychologie en coaching speelt hij een cruciale rol in het ontwikkelen en implementeren van programma’s die jongeren helpen hun mentale veerkracht te versterken. Sander zet zich in om een positieve impact te maken op de levens van jongeren door hen te voorzien van de tools en ondersteuning die ze nodig hebben om mentaal gezond en veerkrachtig te blijven.”

Lees verder op de volgende pagina





Frederieke Vriends begon haar loopbaan als neuropsycholoog en maakte daarna de stap naar de consultancy en werkte later als manager van verschillende afdelingen in een Academisch Ziekenhuis, zoals hoofd kwaliteit en veiligheid en hoofd Strategie en Innovatie. Ze was een van de oprichters van Amsterdam Hacking Health en werkte als strategisch adviseur voor een aantal transformationele projecten geïnitieerd door het Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport.



Workshopronde 3.2 Mondriaanzaal

14.35 - 15.10

Ik zie je: wat je kunt doen voor jongeren die aan zelfdoding denken

Door Saskia Mérelle en Manon Merkus, Stichting 113 Zelfmoordpreventie

Suïcides voorkomen onder jongeren is uitdagend, maar het is mogelijk en hard nodig in Nederland. Tijdens deze workshop krijg je actuele kennis over zelfdoding en leer je welke interventies effectief zijn en op grote schaal te realiseren. Daarnaast nemen we je mee in de dagelijkse praktijk van de 113 hulplijn en krijg je handvatten om het gesprek aan te gaan met iemand over wie je je zorgen maakt. Gedurende deze workshop wordt ruimte geboden voor verdiepende vragen en interactie.

Saskia Mérelle werkt als Senior Onderzoeker bij 113 en heeft als aandachtsgebieden suïcidepreventie bij jongeren, de hulplijn van 113, de psychosociale autopsie en netwerk ziekenhuizen. Daarnaast werkt ze als docent bij Amsterdam UMC, afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie.

Manon Merkus werkt als GZ-psycholoog bij 113 Zelfmoordpreventie, waar zij zich, verbonden aan de afdeling Hulpverlening, richt op de kwaliteit van de Hulplijn en de Online Therapie. Hiervoor werkte zij bij verschillende grote GGZ-instellingen, met expertisegebied Kind & Jeugd.



113 zelfmoord
• • •
preventie

Workshopronde 3.3 Vincent van Goghzaal

14.35 - 15.10

Programma Vitaal Bedrijf: Door beweging jouw bedrijf mentaal gezond

Door Jan Willem Landré, VitalMind

Vitaal Bedrijf is een programma dat ondernemers wil inspireren om te investeren in de vitaliteit van hun medewerkers. Naast voeding en bewegen speelt mentale balans hier een belangrijke rol in. Met voorbeelden, scans, adviesgesprekken, voorbeelden van partners en vignetten helpt het programma ondernemers op weg om hun medewerkers mentaal gezond te houden. In deze workshop neemt programmaleider Jan Willem Landré je mee in dit aanbod. Ondersteund door praktijkvoorbeelden krijg je een beeld van hoe je met vitaliteit in jouw organisatie aan de slag kan gaan.



Workshopleider Jan Willem Landré heeft de nodige dosis bestuurlijke sensitiviteit in verschillende rollen aan beide kantenvan de bestuurstafel opgedaan, in de functie van Adjunct-directeur KNVB Amateurvoetbal en Algemeen directeur van de Atletiekunie. Tegenwoordig is Jan Willem met name actief in het maatschappelijk domein met het accent op sport en cultuur in de rol van programmamanager en consultant, o.a. voor NOC-NSF.

Workshopronde 3.4 Rembrandtzaal

14.35 - 15.10

Psychologische veiligheid: een basis van mentaalwelbevinden creëren op het werk

Dr. mr. Elmira Nijhuis MA, EN consultancy

Soms 'loopt het niet lekker' op het werk. Mensen trekken zich terug en voelen zich klein worden. Zij willen niet dat anderen een lage dunk van hen krijgen, hen belachelijk maken of hen op een zijspoor zetten. Daarom houden zij hun mond.

De gemeenschappelijkheid is ver te zoeken. Er wordt niet meer geleerd en de prestaties lopen terug. En het mentale welzijn komt ernstig onder druk te staan. Met andere woorden: Er is een gebrek aan psychologische veiligheid.

De mate van psychologische veiligheid is hét doorslaggevende criterium voor het mentale welzijn op het werk en voor goede prestaties.

Deze workshop, gegeven door Dr. Elmira Nijhuis komen de vragen aan bod: hoe creëer je psychologische veiligheid, openheid en onderlinge betrokkenheid? Wat kan je doen als leidinggevende, als bestuurder of als medewerker om psychologische veiligheid te creëren? Elmira geeft concrete voorbeelden, handelingsperspectieven en handvatten om de psychologische veiligheid in de praktijk te verhogen. Handvatten waar mensen de volgende dag direct mee aan de slag kunnen gaan. En dat alles in een wetenschappelijke inbedding.

Elmira Nijhuis is zelfstandig consultant, gericht op het begeleiden van strategische teams. Ook adviseert zij over het verhogen van psychologische veiligheid in organisaties. Zij is in 2023 gepromoveerd op dit onderwerp.

Van huis uit is zij jurist en expert in conflictmanagement.

Ook treedt zij vaak op als spreker. Daarnaast is Elmira toezichthouder en heeft ze ervaring als directeur/bestuurder a.i., in situaties waar samenwerking en psychologische veiligheid issues zijn.



Workshopronde 3.5

Sportzaal

14.35 - 15.10

Ervaar hoe bokssport je mentale gezondheid boost!

Door Alex van Klooster, Out of the Box

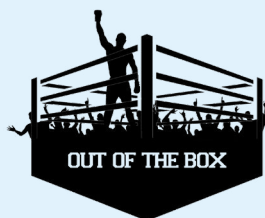
Wil jij ervaren hoe de bokssport je mentale gezondheid een boost kan geven? Tijdens deze clinic dagen we je uit de (boks)handschoenen aan te trekken en letterlijk en figuurlijk in beweging te komen. Je sportkleding mag je thuislaten, je spirit niet. In de veilige setting van de sportzaal van Afas kun je ervaren hoe waardevol het is om te werken aan mentale en fysieke weerbaarheid. Tijdens de workshop laten we je graag ervaren hoe boksen in de praktijk bijdraagt aan een krachtiger zelfbeeld, zelfredzamer gedrag en een hogere kwaliteit van leven.



De workshop is gebaseerd op de werkwijze van Out of the Box, winnaar van de Nationale Sportinnovator Prijs 2024. Deze prijs wordt toegekend aan initiatieven die behalve impact in de sport ook economische en maatschappelijke waarde hebben.

Wij dagen je uit! En beloven je een energiek vervolg van de middag.

De workshop wordt gegeven door Alex van Klooster, gediplomeerd bokstrainer en oprichter van Stichting Out of the Box. Alex is een gepassioneerd boksliefhebber en wordt geroemd vanwege zijn bevlogen inzet voor het werken met (kwetsbare) doelgroepen.



Workshopronde 3.6 Theaterzaal

14.35 - 15.10

Vertoning documentaire **Uit de Schaduw**

Door Hanna Verboom, Cinetree

Uit de Schaduw van Hanna Verboom is een korte documentaire waarin de Nederlandse actrice en filmmaker Hanna Verboom haar persoonlijke strijd met haar mentale gezondheid deelt. De kijker krijgt een intieme blik in Hanna's leven, waarin ze openhartig vertelt over haar ervaringen met bipolaire stoornis en de impact daarvan op haar carrière en persoonlijke relaties. De documentaire biedt een genuanceerd beeld van de uitdagingen en stigma's rondom mentale gezondheid en moedigt aan tot een open gesprek hierover..



Hanna Verboom is een Nederlandse actrice, oprichter van Cinetree, en pleitbezorger voor mentale gezondheid. Ze gebruikt storytelling en media om bewustzijn te creëren en stigma's rond mentale gezondheid te doorbreken.

Workshopronde 4.1 Vincent van Goghzaal

15.20 - 15.55

Men only: Praten over mentale gezondheid op de werkvloer

Door Roeland Boes, Mind

Praten over je mentale gezondheid op de werkvloer kan voor mannen extra ingewikkeld zijn. Wat vertel je wel als werknemer en wat juist niet? Welke risico's loop je? En hoe stel je je als werkgever op? Waar ligt de grens tussen de verantwoordelijkheid van de werknemer en die van de werkgever? En hoe ga je als mannen onder elkaar het gesprek aan? Allerlei zaken waar je op het werk tegenaan kunt lopen. Maar hoe kom je nou echt tot de kern van de zaak? Dat is belangrijk om op de juiste manier aandacht te geven aan mentale gezondheid.



Deze workshop richt zich specifiek op de uitdagingen en behoeften van mannen in het bespreekbaar maken van mentale gezondheid op de werkvloer.

Roeland Boes is een ervaren coach op het gebied van (seksueel) trauma, een spreker over seksueel misbruik, relatietherapeut, mediator, en Impact Facilitator bij Stichting Mind. Naast zijn werk bij Mind zijn er 2 praktijken die hij runt in Houten en Rotterdam genaamd 'Mannen in de Praktijk'. Als manager van impactful partnerships bij Mind, heeft hij jarenlange ervaring in het begeleiden van groepsgesprekken. Roeland heeft een scherp oog voor zowel het individu als de groep en weet met humor en empathie een sfeer van veiligheid, begrip en openheid te creëren. Hierdoor worden moeilijke zaken bespreekbaar en ontstaat er onderlinge verbinding.



Workshopronde 4.2 Rembrandtzaal

15.20 - 15.55

Het effect van kunst op mentale gezondheid

Door Anne Visser, Cultuurkust

Kunst is essentieel voor het opbouwen van veerkracht en weerbaarheid. In deze workshop over cultuur en gezondheid ga je met drie dingen aan de slag: voelen, kennen en doen. Je voelt hoe het is om te dansen vanaf je stoel, zoals Cultuurkust wekelijks met patiënten met Alzheimer en hun mantelzorgers doet. Je komt niet van je stoel, maar wel in beweging!

Anne neemt je daarna mee in een kort overzicht van bewezen effecten van kunst en cultuur op mentale gezondheid. Je kunt kunst namelijk op verschillende manieren inzetten, afhankelijk van het beoogde effect bij de doelgroep.

En tot slot: als je in je eigen omgeving aan de slag wilt met het verbinden van culturele organisaties en gezondheid, waar begin je dan? Deelnemers krijgen een compacte kaart mee, waarop staat hoe het cultuurveld in elkaar zit: welke spelers zijn er en welke opdracht hebben zij? Met deze kaart wordt het makkelijker lokaal navigeren.



Anne Visser werkt als directeur-bestuurder van Cultuurkust. Cultuurkust biedt kunstlessen en projecten aan in vijf gemeenten op de Veluwe: Nunspeet, Harderwijk, Ermelo, Putten en Nijkerk.

Jaarlijks worden ruim 15.000 kinderen bereikt in het basisonderwijs, ruim 5.000 volwassenen en honderden mensen via projecten gericht op het sociaal domein.

Visser studeerde kunstgeschiedenis en bedrijfskunde, en voltooide in 2023 haar opleiding tot Reiki therapeut. Ze werkte als adviseur, beleidsadviseur, programmamanager en directeur-bestuurder.

Ook is ze toezichthouder in het basisonderwijs. Van jongs af aan is Visser actief bezig met kunst en cultuur op amateurniveau; ze danste, zong, speelde dwarsfluit, speelde toneel en tekent, schildert en schrijft gedichten.

CULTUR
KUST

Workshopronde 4.3 Mondriaanzaal

15.20 - 15.55

Ik zie je: wat je kunt doen voor jongeren die aan zelfdoding denken

Door Saskia Mérelle en Manon Merkus, Stichting 113 Zelfmoordpreventie

Suïcides voorkomen onder jongeren is uitdagend, maar het is mogelijk en hard nodig in Nederland. Tijdens deze workshop krijg je actuele kennis over zelfdoding en leer je welke interventies effectief zijn en op grote schaal te realiseren. Daarnaast nemen we je mee in de dagelijkse praktijk van de 113 hulplijn en krijg je handvatten om het gesprek aan te gaan met iemand over wie je je zorgen maakt. Gedurende deze workshop wordt ruimte geboden voor verdiepende vragen en interactie.

Saskia Mérelle werkt als Senior Onderzoeker bij 113 en heeft als aandachtsgebieden suïcidepreventie bij jongeren, de hulplijn van 113, de psychosociale autopsie en netwerk ziekenhuizen. Daarnaast werkt ze als docent bij Amsterdam UMC, afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie.

Manon Merkus werkt als GZ-psycholoog bij 113 Zelfmoordpreventie, waar zij zich, verbonden aan de afdeling Hulpverlening, richt op de kwaliteit van de Hulplijn en de Online Therapie. Hiervoor werkte zij bij verschillende grote GGZ-instellingen, met expertisegebied Kind & Jeugd.



113 zelfmoord
• • •
preventie

Workshopronde 4.4 Vermeerzaal

15.20 - 15.55

Rotary, meer dan een organisatie; Beleef het!

Door Harriëtte Verwey, Rotary in Nederland

Hoewel Rotary een grote internationale organisatie is, is het kenmerk ervan het individuele lid en de fellowship en vriendschap. De kern van Rotary bestaat uit leden die zich verenigen in clubs en samen zich inzetten voor en met elkaar om de wereld te dienen, dichtbij in hun lokale gemeenschap en ook internationaal. Deze samenwerking, gebaseerd op een diepgevoelde medemenselijkheid, stelt Rotary in staat wereldwijd belangrijke resultaten zoals het beëindigen van Polio te realiseren.

Ben jij er klaar voor? Kom naar de workshop en leer Rotary kennen. Wat kunnen jij en Rotary voor elkaar betekenen.

“Alleen ga je sneller, samen komen wij verder”



Dr. Harriëtte Verwey heeft ruim 33 jaar als cardioloog gewerkt in het Leids Universitair Medisch Centrum. Zij is de grondlegger van het Vrouwen Hart waarbij ze aandacht vroeg voor beter onderzoek en behandeling van vrouwen met hartklachten. Als eerste introduceerde zij het Steunhart als alternatief voor Harttransplantatie bij mensen met ernstig hartfalen. In 1995 promoveerde zij tot doctor in de wetenschappen.

Ze is niet alleen een gepassioneerde medisch specialist geweest maar ook maatschappelijk zeer betrokken en nam deel aan diverse maatschappelijke organisaties. Zij is meerdere keren onderscheiden en werd bij haar afscheid in 2017 benoemd tot Officier in de Orde van Oranje-Nassau.

Zij is sinds 2 maart 2002 lid van de Rotary en wel van de Club Leiden AM waarin zij vele functies heeft bekleed.

Zij is de eerste zwarte Rotary gouverneur geweest in Nederland. In 2023 werd zij benoemd tot Director in the Board van Rotary International en is daarmee de eerste vrouw die Nederland mag vertegenwoordigen. Haar etnische achtergrond gebruikt ze om aan te geven dat Rotary open en toegankelijk is voor iedereen die zijn/ haar talenten wil inzetten om de wereld beter te maken.



Workshopronde 4.5

Theaterzaal

15.20 - 15.55

De grote veranderquiz

Door schrijver en gedragswetenschapper Ben Tiggelaar

Wat is er nodig om anderen (en jezelf) in beweging te krijgen? Denken en praten over maatschappelijke problemen is een goed begin. Maar daarna wil je in actie komen. Hoe werkt dat eigenlijk? En hoe kun je met elkaar belangrijke, positieve veranderingen realiseren.

Schrijver en gedragswetenschapper Ben Tiggelaar verdiept zich hier al 35 jaar in. Hij neemt je in dit bijzonder college mee langs de belangrijkste vragen én antwoorden rond verandering. Interactief, evidence-based en superpraktisch.

Een paar vragen die zeker aan de orde zullen komen:

- Waarom ervaren zoveel mensen weerstand bij verandering?
- Waarom is motivatie niet voldoende om te veranderen?
- Hoe komt het dat prestatiedoelen zo vaak averechts werken?
- Wat is het geheim van het volhouden van nieuw gedrag?
- Wat is de rol van de omgeving bij gedragsverandering?

Een interactieve stoomcursus veranderpsychologie van 35 minuten met een van de beste veranderexperts van Nederland.

Ben Tiggelaar studeerde communicatiewetenschap aan de Universiteit van Amsterdam. Hij promoveerde aan de faculteit Bedrijfskunde en Economie van de Vrije Universiteit op een studie naar gedragsverandering in organisaties. Daarna studeerde hij aan Harvard en University College London.

Ben Tiggelaar wordt gezien als een van de topsprekers in zijn vakgebied en heeft seminars over de hele wereld gegeven. Hij gaf gastcolleges aan o.a. Harvard University, IE Madrid, Nijenrode Business Universiteit, Rotterdam School of Management en Vlerick Business School over onderwerpen als persoonlijk leiderschap, leidinggeven aan verandering en de menskant van innovatie.

Lees verder op de volgende pagina





MIND Us werkt aan een gezonde ontwikkeling van jongeren: om kwetsbaar te zijn, te groeien, te leren en te ervaren. Zodat ze weerbaarder worden en grip krijgen op hun mentale gezondheid. MIND Us, officieel gelanceerd door Erevoorzitter Koningin Máxima, bundelt krachten, stimuleert (vernieuwende) initiatieven en zorgt dat mentale problemen van jongeren de juiste aandacht krijgen.





MEDE MOGELIJK GEMAAKT
DOOR **ONZE PARTNERS**

113

Stichting 113 Zelfmoordpreventie is de nationale organisatie voor preventie van suïcide. Hun missie is een land waarin niemand eenzaam en radeloos sterft door zelfmoord. Zij zijn ervan overtuigd dat er jaarlijks honderden suïcides meer kunnen worden voorkómen wanneer zelfmoord beter bespreekbaar is en de zorg innovatiever en menselijker wordt georganiseerd.

113 zelfmoord
• • •
o
preventie

MIND

MIND wil de psychische gezondheid verbeteren en iedereen die te maken heeft met psychische klachten ondersteunen. Wij strijden voor een samenleving die investeert in mentale gezondheid en er alles aan doet om onnodig psychisch leed te voorkomen. MIND geeft een stem aan alle mensen met (beginnende) psychische klachten en hun naasten en biedt informatie, advies en ondersteuning.



Rotaract

Rotaract is de club voor jong volwassenen vanaf 18 jaar die werkend of studierend zich actief willen inzetten voor de maatschappij en daarbij hun grenzen willen verleggen. Enerzijds betekent dit dat goede doelen in binnen en buitenland worden ondersteund. Vaak zijn deze doelen groepen mensen die het minder getroffen hebben en die een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Anderzijds zijn de leden van Rotaract ook een goed doel op zichzelf; door het organiseren en volgen van trainingen, workshops en projecten doen Rotaracters ervaring op en zijn er veel leermomenten.

Rotaract  Nederland



Vrije Universiteit Amsterdam

De Vrije Universiteit Amsterdam staat voor wetenschappelijk en waardengedreven onderwijs, onderzoek en valorisatie. Zij richten zich daarbij op vier profielthema's: Connected World, Governance for Society, Human Health and Life Sciences en Science for Sustainability. Door beperkingen of ziekte kunnen steeds grotere groepen mensen op steeds jongere leeftijd minder of niet participeren in onze samenleving. Daarom stelt de VU vragen over o.a. mentale gezondheid centraal in hun studies.



MIND Us

MIND Us werkt aan een gezonde ontwikkeling van jongeren: om kwetsbaar te zijn, te groeien, te leren en te ervaren. Zodat ze weerbaarder worden en grip krijgen op hun mentale gezondheid. MIND Us, officieel gelanceerd door Erevoorzitter Koningin Máxima, bundelt krachten, stimuleert (vernieuwende) initiatieven en zorgt dat mentale problemen van jongeren de juiste aandacht krijgen.





MEDE MOGELIJK GEMAAKT
DOOR **ONZE SPONSORS**



VitalMindz

Vitalmindz zorgt voor een positieve mindset en helpt werkgevers en medewerkers vitaal en mentaal gezond te worden én te blijven. Met onze preventieve oplossingen versterken we veerkracht, vergroten we werkgeluk én voorkomen we verzuim. Samen bouwen we aan vitale en veerkrachtige organisaties.

Bij Vitalmindz is gespecialiseerd in het versterken wat goed gaat (amplitie), het voorkomen van uitval (preventie) en het behandelen van burn-out en andere psychische klachten die vallen onder onverzekerde psychische zorg.

www.vitalmindz.nl



Vitalmindz

ICM

ICM opleidingen en trainingen biedt een breed scala aan opleidingen en trainingen, afgestemd op de behoeften van zowel individuen als bedrijven.

De missie is om kennis, vaardigheden en competenties te ontwikkelen die direct toepasbaar zijn in de praktijk. Mensen zijn gelukkiger in hun werk als ze weten wat ze kunnen en die talenten kunnen inzetten. Als jouw flexibele leerpartner denkt ICM mee met de vraagstukken en uitdagingen in jullie organisatie. In overleg met jullie bepalen we welke leervormen optimaal aansluiten bij de leerbehoeftes en organisatiedoelen.

De expertises van ICM omvatten persoonlijke vaardigheden, teamontwikkeling, organisatieontwikkeling, leiderschapontwikkeling, projectmanagement, Learning & Development, om- en bijscholing en werkgeluk. Erkende certificeringen en voortdurende ondersteuning maken ICM de ideale partner voor professionele ontwikkeling.

icm.nl

icm

Opleidingen & trainingen



Nutrilite

Nutrilite is een wereldwijd erkend merk dat voedingssupplementen produceert en distribueert. Nutrilite biedt een breed scala aan vitaminen, mineralen en andere voedingssupplementen die zijn ontworpen om de gehele gezondheid te ondersteunen. Wat Nutrilite onderscheidt, is de inzet voor duurzame landbouwpraktijken; veel van hun ingrediënten worden geteeld op gecertificeerde biologische boerderijen. Het merk maakt deel uit van Amway, een groot directverkoopbedrijf, en combineert jarenlange ervaring met moderne wetenschap om hoogwaardige producten te leveren.



Alles is gezondheid

Gezond leven doen mensen zelf, op de plek waar ze wonen, werken, sporten, recreëren en leren. Daarom versterkt en versnelt Alles is Gezondheid de maatschappelijke beweging die mensen in hun eigen omgeving inspireert en activeert om aan hun gezondheid te werken. Het programma Alles is Gezondheid richt zich al jarenlang op het verbeteren van de mentale gezondheid, zowel in de zorg, welzijn, onderwijs alsook richting bedrijfsleven. Een goed voorbeeld is het project Jongeren Hulp Online dat jongeren -dus ook werkenden- op weg help in het vinden van een passende hulplijn bij vragen of problemen op mentaal vlak. Zoals prestatiedruk, werkstress, somberheid, uitsluiting of eenzaamheid: <https://jongerenhulponline.nl/>

Vanuit het ministerie Volksgezondheid heeft Alles is Gezondheid de opdracht gekregen om de maatschappelijk beweging naar een betere mentale gezondheid in Nederland verder te ondersteunen. Zij doen dit onder de vlag Missie Mentaal door mensen en organisaties te verbinden, inzichten en (praktijk)voorbeelden te delen en zelf activiteiten te organiseren. www.allesisgezondheid.nl



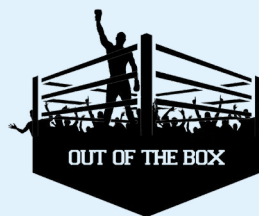


Stichting Out of the Box

In elke gemeente kent circa 1 op de 6 à 7 jongeren tussen de 16 en 27 jaar serieuze problemen op het pad naar volwassenheid. Ze hebben hulp, ondersteuning en perspectief nodig. Stichting Out of the Box helpt jongeren en jongvolwassenen in de leeftijd van 16 – 27 jaar om zich terug te boksen in de maatschappij door hen zowel fysiek als mentaal weerbaarder te maken. Er wordt een integraal aanbod geboden op de gebieden wonen, financiën, relaties, dagbesteding & werk, waarbij de bokssport een middel is voor de deelnemers om ook aan het werk te gaan met de problemen op deze genoemde levensterreinen. Don't wish for it...work for it! Het initiatief is ondersteunend en aanvullend aan de zorg en dient als een katalysator voor deelnemers om van binnen uit het verschil te maken.

- 75% van de terugkerende deelnemers vertoont een verhoogde fysieke en mentale weerbaarheid
- 75% van de terugkerende deelnemers ervaart bij uitstroom een verhoogde kwaliteit van leven
- 50% van de terugkerende deelnemers stroomt binnen de maximale termijn succesvol uit

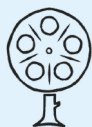
Vanwege de innovatieve benadering op het gebied van sport en de economische en maatschappelijke waarde van het project, kreeg Out of the Box onlangs de Nationale Sportinnovator Prijs toegekend. Nieuwsgierig? www.stichtingoutofthebox.nl



Cinetree

Cinetree is een uniek filmplatform dat zich richt op het delen van zorgvuldig geselecteerde films en documentaires die niet alleen entertainen, maar ook inspireren en aanzetten tot reflectie. Door het aanbieden van verhalen met diepgang, kwaliteit en maatschappelijke relevantie, streeft Cinetree ernaar om haar kijkers te raken en te verbinden.

Cinetree gelooft in de kracht van verhalen om mensen samen te brengen en belangrijke dialogen te starten. Door films te kiezen die ingaan op thema's zoals mentale gezondheid, persoonlijke groei en sociale rechtvaardigheid, draagt Cinetree bij aan een beter begrip en bewustwording van deze onderwerpen. Daarnaast organiseert Cinetree regelmatig evenementen en gespreksavonden waar kijkers samen kunnen komen om te praten over de thema's uit de films. Deze gemeenschapsgerichte aanpak versterkt de sociale cohesie en biedt extra ondersteuning aan degenen die met mentale gezondheidsproblemen te maken hebben of werken met de thematiek. Cinetree.nl



Cinetree



The Mental Move

The Mental Move investeert in professionele, toekomstbestendige mentale zorg. Met digitale technologie bieden we werkgevers en werknemers een duurzame mentale back-up. Ons aanbod is geen light-versie van traditionele hulp, maar een volwaardig traject met gekwalificeerde psychologen en digitale hulpmiddelen voor flexibele en veilige zorg. The Mental Move helpt organisaties de mentale gezondheid en inzetbaarheid van medewerkers te verbeteren. We streven naar een wereldwijde beweging voor meer openheid en toegankelijke, snelle mentale zorg. Dit helpt medewerkers de hoge druk vóór zich te laten werken, wat leidt tot veerkrachtige en vitale personen. Samen met werkgevers realiseren we een cultuuromslag in mentale veerkracht en gezondheid. Het online preventieplatform stelt medewerkers in staat hun mentale gezondheid te verbeteren, waar en wanneer ze willen. Onze anonieme mentale helpdesk biedt e-consults binnen 48 uur. De preventieve gezondheidscheck geeft individueel advies en zelfhulptools. Doorlopende communicatie bevordert openheid en een positieve prestatiecultuur. www.thementalmove.nl



Regenboogboom

Stichting De Regenboogboom is een Nederlandse organisatie die zich inzet voor het welzijn van kinderen die te maken hebben met ziekte, trauma, of andere moeilijke omstandigheden. De stichting brengt kleur en licht in het leven van deze kinderen door hen te helpen hun eigen veilige en fantasierijke wereld te creëren, waarin ze kracht en moed kunnen vinden. Dit wordt gedaan door middel van verhalen, muziek en creatieve activiteiten, vaak uitgevoerd door getrainde vrijwilligers die de kinderen thuis, in ziekenhuizen of andere zorginstellingen bezoeken. De stichting richt zich op de veerkracht van het kind en gaat er steevast vanuit dat alle hulpbronnen die een kind nodig heeft, in welke situatie dan ook, binnen in henzelf aanwezig zijn.

Daarnaast biedt de app 'Handige Handjes' ouders praktische ondersteuning door een persoonlijk team van familie en vrienden te organiseren om dagelijkse klusjes uit handen te nemen.



Stichting De Regenboogboom legt de nadruk op het leven en het kind als geheel, en helpt kinderen en hun ouders bij het herontdekken van hun eigen kracht en veerkracht om elke situatie aan te kunnen. www.regenboogboom.nl



Afas Software

AFAS Software is een toonaangevend Nederlands familiebedrijf dat innovatieve bedrijfssoftware ontwikkelt voor diverse sectoren. Met een sterke focus op automatisering en gebruiksvriendelijkheid, helpt AFAS organisaties hun processen te stroomlijnen en efficiënter te werken.

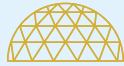
AFAS Software zet zich wereldwijd in voor diverse goede doelen. Het bedrijf ondersteunt initiatieven die bijdragen aan onderwijs, welzijn en mentale gezondheid. Door deze steun bevordert AFAS positieve sociale veranderingen en draagt het bij aan de verbetering van levenskwaliteit.





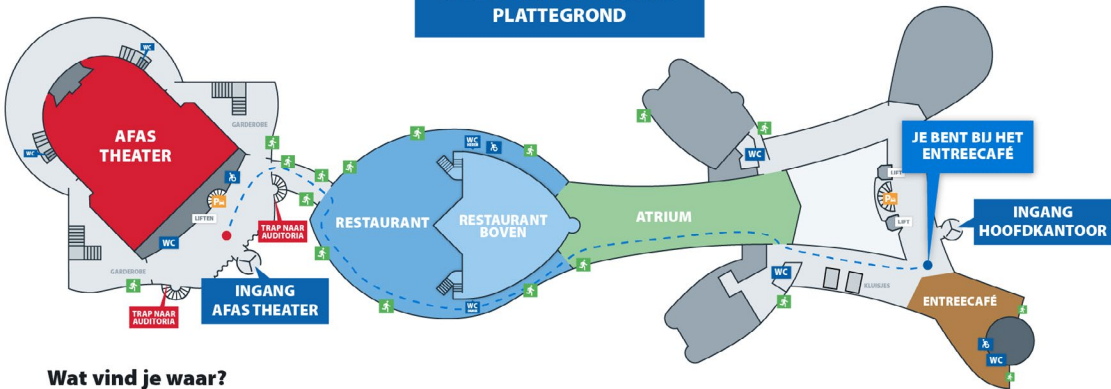
PLATTEGROND AFAS THEATER





AFAS Theater
inspireert beter genieten

AFAS software PLATTEGROND



Wat vind je waar?

■ THEATER & AUDITORIA	■ ATRIUM	P PARKEERGARAGE	--- LOOPROUTE AFAS THEATER <-> HOOFDKANTOOR
■ RESTAURANT	■ ENTREECAFÉ	+ NOODUITGANG	

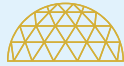
Looproute workshopzalen:
Vanuit de entree theater kan men via de lift
of de trap, naar de 1e en 2e verdieping.

Op de 1e verdieping bevindt zich:

- De Jan Steen zaal
- De Johannes Vermeer zaal
- De Vincent van Goghzaal

Op de 2e verdieping bevindt zich:

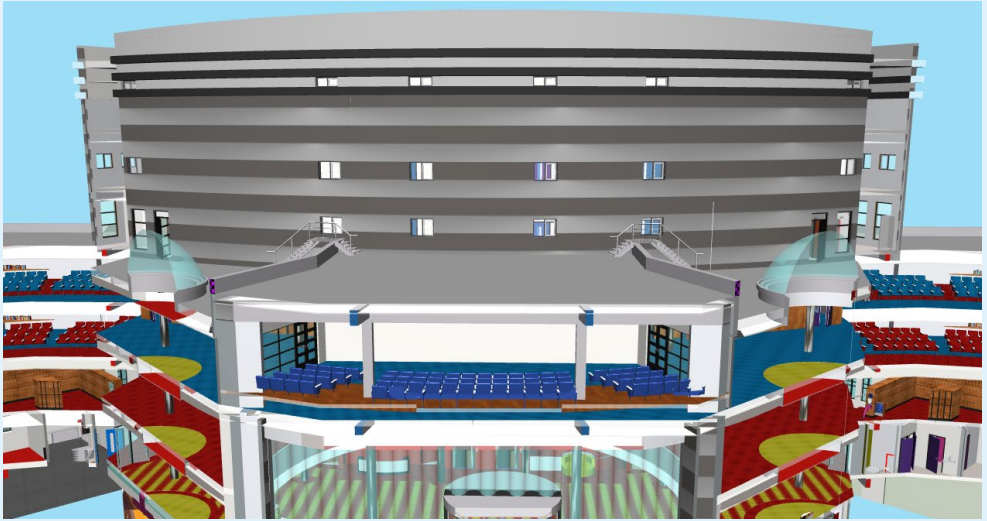
- De Rembrand van Rijn zaal
- De Piet Mondriaan zaal



AFAS Theater

inspireert beter genieten

Auditoria Afas



Stands Rotary Congres 2024





INITIATORS EN ORGANISATOR



INITIATORS EN ORGANISATOR

Wendy Boog

Initiator en gouverneur district 1600

Wendy Boog is een gerenommeerde professional in de gezondheidszorg en het sociale domein als strategisch adviseur en coach, met een focus op het ontwikkelen van de strategische kern van een organisatie. Haar benadering is altijd klantgericht, waarbij ze betrokkenheid toont bij mens en maatschappij en zich o.a. richt op het toekomstbestendig maken van organisaties. Ze adviseert bedrijven en stichtingen, en coacht bestuurders, ondernemers en zelfstandige professionals met haar module 'Van Stress naar Bevlogenheid'.



Als Rotarian vervult Wendy Boog de rol van gouverneur van district 1600 (Zuid-Holland). In deze positie leidt ze strategische initiatieven en coördineert ze vrijwilligersactiviteiten, waarbij ze zich inzet voor de versterking van gemeenschappen en het bevorderen van humanitaire projecten. Haar leiderschap helpt bij het ontwikkelen van visie en strategieën die bijdragen aan de effectiviteit en impact van Rotary's inspanningen wereldwijd. Wendy heeft als gouverneur de eerste Rotary Actie Groep voor Mentale Gezondheid in Europa opgericht en zal de aankomende jaren als voorzitter van het bestuur voor deze groep fungeren.

Stan Uyland

Initiator congres en gouverneur district 1570

Stan is geboren en getogen in Soest. Na het afronden van zijn studie economie aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam werkte hij bij verschillende multinationals. Zijn werk voor deze bedrijven bracht hem naar Duitsland, Zwitserland en de VS om te wonen. Stan is de afgelopen jaren als mede-eigenaar en directeur actief bij het familie vastgoedbedrijf (BMU Vastgoedgroep). De bedrijven uit de groep ontwikkelen, bouwen, bouwprojectmanagement en brengen nieuwe technologieën zoals Betonballon op de markt.



Stan is oprichter van Stichting GIDSnetwerk, Stichting Reconnect, Stichting Fonds voor Soest, bestuurslid van Economics of Mutuality en van diverse andere organisaties.

Stan is samen met Wendy Boog voorzitter van de Rotary in Nederland. Samen organiseren zij het Rotary congres Mentale Gezondheid om een beweging in gang te zetten dat taboes doorbreekt en de mentale gezondheid versterkt in de Nederlandse samenleving. Daarbij is ook een rol weggelegd voor Rotary Clubs. De bewustwording en bespreekbaarheid van mentale gezondheid binnen de Rotary-familie zal bijdragen aan een ondersteunende en veerkrachtige omgeving zodat de mentale gezondheid gaat verbeteren in Nederland: thuis, op het werk en in de samenleving.

Stan heeft ervaring opgedaan met de dialoogtechniek en ziet deze techniek als een van de vruchtbare instrumenten voor de verbinding tussen mensen en de beweging die vanaf het congres in gang wordt gezet.

Hanna van der Horst

Creative Conceptor en projectmanager

Hanna van der Horst is een creatieve ondernemer en initiatiefnemer van diverse nationale en internationale initiatieven gericht op positieve verandering en sociale impact. Vanuit haar onderneming VDHconcepting heeft ze een indrukwekkend portfolio opgebouwd van impactvolle concepten en evenementen. In 2007 richtte Hanna de talentontwikkelingsschool 'Acreditar' op in São Paulo, Brazilië, waar meer dan 1500 kansarme kinderen zijn geholpen met trajecten voor talent- en identiteitsontwikkeling.



Hanna studeerde aan het Conservatorium van Amsterdam en richt zich nu op het vertalen van de missie en visie van organisaties met een maatschappelijke doelstelling naar podiumproducties en communicatieconcepten. Haar vermogen om mensen in beweging te brengen heeft tastbare maatschappelijke impact gerealiseerd. Zo heeft ze na haar onderzoek naar gendergerelateerd geweld in Nederland, Colombia en India het platform VeiligeKerk.nl opgezet, een platform dat kerken helpt huiselijk geweld te voorkomen en signaleren.

Als creatief leider van The Justice Conference ontwikkelde ze een beweging dat duizenden mensen heeft geactiveerd om rechtvaardigheid in de praktijk te brengen. Haar geloof in sociale impact door middel van creativiteit is een rode draad door al haar werk. Hanna zet zich al diverse jaren in voor de verbetering van mentale gezondheid in de samenleving. Voor het congres Mentale Gezondheid van Rotary heeft ze een rol als projectmanager vervuld.



DANKWOORD

Het Rotary congres Mentale Gezondheid is een succes, dankzij de fijne samenwerking die we hebben gehad met professionals, vrijwilligers, partners, e.a. om dit congres te realiseren.

We danken onze werkgroepleden: Marijke Inklaar, Sefh Jacobs, Hans Lodder, Jos Debets, Peter van der Heuij en Cees Zuijderwijk.

We willen onze partners ontzettend bedanken voor de samenwerking, hun expertise, bevoegenheid en inzet: Christel Beentjes van 113 Zelfmoordpreventie, Ingeborg ten Cate en Roeland Boes van Mind, Anne ten Hacken van Rotaract en Anne Marie Slotboom van de Vrije Universiteit van Amsterdam.

We danken Hanna van der Horst voor het projectmanagement en ondersteuning bij de inhoud en programmering.

We danken al onze sprekers: Gordon McNally, Hanna Verboom, Focco Vijselaar, Erik Scherder, Lili Genee, Maarten van Ooijen, Marc van den Tweel, Bas van der Veldt, Ben Tiggelaar en Evert Jan Ouweneel.

En alle artiesten: Hannah Mae, Marjolijn van Kooten en Femde de Wolf.

We danken al onze workshopleiders en standhouders voor de expertise die jullie hebben ingebracht, jullie belangeloze inzet en de kleur die jullie aan deze dag hebben gegeven.

We danken alle vrijwilligers voor hun inzet tijdens het congres: Francisco Smeur, Ineke van dijk, Ina Smit, Hannie van Baren, Anne Volkers, Marijke Volkers, Jorijn van Rhijn, Lukas Heijs, Lydia Bosman, Marilyn Newalsing, Mirjam de Goeij, Leni Verhagen, Netty Reesink, Rob Klerkx, Tobias Bruning, Veronique Lindenburg, Willem Alberson, Annabel Debets, Ron Brand, Henk Houtzager, Renee van Zandvoort, Will van den Boor, Ineke van Dijk, Bjorn Verlaan, Ariena Hout, Martijn van der Jagt, Wil Maarsman, Paula Ritter-Bonekamp, Q Roest, Stef Uyland, Tony Wijmeren.

We danken al onze collega gouverneurs: Marijke Inklaar, Bert Meijer, Hans Rück, Guido Rijninks en Anja Rijlaarsdam.

Tot slot bedanken we jou, voor jouw betrokkenheid en passie om deze dag bij te wonen. We zien er naar uit om ook na vandaag samen te blijven werken aan een mentaal sterke samenleving!

Wendy Boog en Stan Uyland,
Gouverneurs District 1600 en District 1570