

Human Potential: Optimaliseer jezelf, Train je hersenen

Inleiding

Optimaliseer Jezelf

Voorkom en verminder ziektes

- 08.30 uur Registratie
- 09.30 uur Welkomstwoord
- 09.40 uur **Inleiding**
drs. Henri Lenferink, burgemeester van Leiden
- 09.55 uur **Oud worden zonder het te zijn**
prof.dr. Rudi Westendorp
- 10.35 uur **Wat kun je doen om vitaal te blijven?**
De Leidse Proeftuin Zorg en Welzijn
prof.dr. Bernhard Hommel
- 11.15 uur Koffiepauze
- 11.45 uur **Creatiever door meditatie**
dr. Lorenza Colzato
- 12.05 uur **Van een verslaafd brein naar een afgekickt brein**
prof.dr. Reinout Wiers
- 12.45 uur Lunchpauze
- 13.30 uur **Hoe overwin je je angst?**
prof. dr. Karin Roelofs
- 14.10 uur **Kunnen hersenimplantaten verloren hersenfuncties herstellen?**
prof. dr. Nick Ramsey
- 14.50 uur **Placebo's voor optimale behandelresultaten**
prof.dr. Andrea Evers
- 15.10 uur Theepauze
- 15.40 uur **Wie is hier de baas?**
Wederzijdse beïnvloeding van ons brein en het immuunsysteem
dr. Jos Bosch
- 16.20 uur **Moeten we altijd beter zijn dan ooit?**
prof.dr. Bas Haring
- 17.00 uur Afscheidswoord en einde