

# BCL EVENT | 13 juni 2023

## De verrassende neurowetenschap achter Pauze voor Productiviteit

Leren, werken en leven met BreinInZicht

**Keynote sprekers:**

**Theo Compernolle**

**Jo Peters**

**Inspiratiesessies door o.a.**

**Lynn Singer**

**Gertie Verreck**

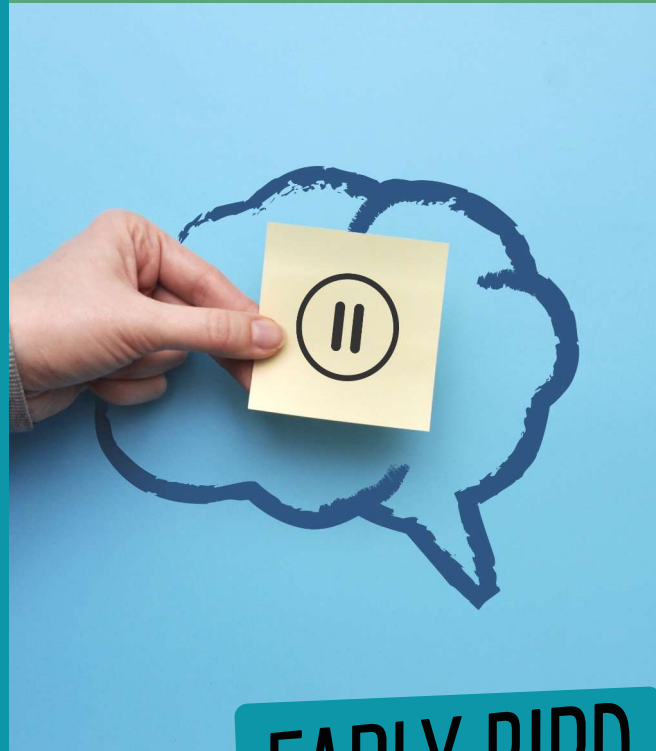
**BCL Instituut** bestaat **15 jaar** en viert dat met een dynamisch event met tal van interessante en nieuwe breininzichten. Stap even uit de hectiek van alledag en dompel je een middag en een stukje avond onder in een omgeving die op alle fronten prikkelt.

Je krijgt van Theo Compernolle en Jo Peters **twee top-keynotes** die bruisen van neurowetenschappelijke en toepasbare praktijkverhalen; Pauze & Productiviteit kunnen hand in hand gaan!

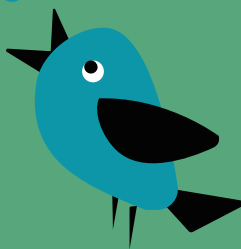
De keynotes worden afgewisseld met **actieve inspiratiesessies** waarin we neurokennis met de praktijk van alle dag verbinden: **now we're talking.**

Lynn Singer deed onderzoek naar de werkzame elementen van mindfulness binnen het onderwijs. Ze deelt vanuit haar praktijk graag de uitkomsten en geeft handvatten hoe je als professional mindfulness zelf en in de organisatie in kunt brengen. Gertie Verreck inspireert je door tal van praktijkverhalen uit organisaties die al succesvol met het thema van vandaag aan de slag zijn gegaan. Jo Peters laat je zien hoe je rust in je werkomgeving kan brengen.

En dan de omgeving: Jacolien de Jong inspireert en prikkelt met breinkunst en er is zeer treffende live-muziek die uitnodigt om te onthaasten en te focussen op het thema. Je gaat een



## EARLY BIRD SPECIAL



**Bestel nu je tickets met korting**

Tot 1 mei kun je tickets met korting boeken. Je betaalt dan € 145,= in plaats van € 175,=, beide tarieven exclusief BTW. Je mag zoveel tickets bestellen als je wilt (neem vooral ook collega's mee) maar wacht niet te lang want er zijn een beperkt aantal plaatsen.

**BESTEL NU JE TICKETS**

**fika pauze** beleven, da's dus geen gewone pauze maar een hele bijzondere Zweedse pauze. Bij Ikea kennen ze dit soort breaks, waarbij je je werkplek verlaat om echt los te komen van werk, al. Rond de avond bieden we je een **heerlijke, breinvriendelijke maaltijd**.

Kortom: transformeer jezelf en je organisatie richting breinvitaliteit en rendement en krijg inzichten waar je als professional zelf en binnen je organisatie je voordeel mee kan doen. En we dagen je uit... Tijdens de middag ervaar je op een vrolijke manier hoe het is om even off-line te zijn. Hoe? Bij de uitnodiging hoor je meer van ons. **Dus wees gewaarschuwd**: je keert met enorm veel inspiratie, breinhandvatten en uitgerust (!) huiswaarts.

## Over onze keynote sprekers

De visie van **Theo Compernelle** is dat ons brein meer dan ooit onder druk staat. Hij reikt je de gebruiksaanwijzing van het brein aan en laat met humor en flair zijn licht schijnen op de zwaar onderschatte waarde van pauzeren voor brein, mens en organisatie. Theo is internationaal bekend als onderzoeker, consultant, docent en schrijver op het gebied van stress en het brein.

Voorheen was Theo professor aan de Vrije Universiteit Amsterdam, aan de Solvay Business School van de Universit  Libre de Bruxelles, en Visiting Professor aan management scholen zoals VLERICK (BE) TIAS (NL), INSEAD (FR) en IMD (CH).



**Jo Peters** is CEO van Deusjevo en UPspace  n ex-multitasking verslaafde. Jo neemt je mee door zijn inspirerende levensverhaal, een rollercoaster van frustaties, inzichten en vooral hele leuke interacties met instant bruikbare tips die je morgen meteen in de praktijk kunt toepassen.

Jo schudt je graag wakker en laat je stilstaan bij de manier waarop je dagelijks omgaat met je tijd en efficiëntie op de werkvloer. Hij creëerde een werkplek met 'breinfeestjes' waar focus als ont-focus en pauzeren centraal staan. Deusjevo is een zeer creatieve onderneming waar vooral kantooromgevingen en decors in de entertainmentindustrie ontworpen en gebouwd worden. UPspace optimaliseert werkplekken en haalt het beste uit teams dat o.a. resulteert in minder stress (-50%), meer productiviteit (+30%) en meer werkgeluk.



## Actieve inspiratiesessies door o.a.:

**Lynn Singer** is docent aan de Saxion Hogeschool voor Mens en Maatschappij en eigenaar van trainings- en coachingsbureau "De Praktijk van Lynn".



**Gertie Verreck** is directeur van het BCL Instituut en mede-auteur van het boek 'Van brokkelbrein naar focus'.



## Surprise, surprise...



## Praktische informatie

**WANNEER?** Dinsdag 13 juni 2023

**HOE LAAT?** Inloop om 13:00 uur. Om 13:30 start het programma. Rond 19:30 uur proosten we op een gezellige en hopelijk leerzame dag.

**WAAR?** Kanaal 30, Kanaalweg 30, 3526 KM Utrecht

**BESTEL NU JE TICKETS**

