

Programma

Blue Zone Festival

09:15 09:30 09:45 10:00 10:15 10:30 10:45 11:00 11:15 11:30 11:45 12:00 12:15 12:30 12:45 13:00 13:15 13:30 13:45 14:00 14:15 14:30 14:45 15:00 15:15 15:30 15:45 16:00 16:15

Foyer	De lounge: voor ontmoeting, heerlijke catering & leuke activiteiten																							
Theaterzaal	Keynote A longevity Blue Zone <i>Michel Poulain</i>		Keynote Black holes en Blue zones <i>Rudi Westendorp</i>												Keynote From a red zone towards the blue zone <i>Erkki Vartiainen</i>				Presentatie van de 3 genomineerden van de Award					
Zaal 2A	Inspiratiesessie Lokale Woonlandschappen <i>Patrick Meijers (Wonen)</i>			Inspiratiesessie Cartesius: Healthy Urban Living in Utrecht <i>Carolien Vlaar</i>			Inspiratiesessie Het ontwerpproces van De Olmenhof te Amstelveen <i>René Middelkoop, Koen Post en Angelique Schuitemaker</i>			Inspiratiesessie Groen, gezond, gastvrij: woonbuurtjes ontwikkelen vanuit kernwaarden <i>Annelies van der Nagel</i>			Inspiratiesessie Leefgoed Haarendael <i>Hans Jung & Ruth van den Berg</i>			Inspiratiesessie Samen een veerkrachtige wijk creëren voorbereid op de toekomst <i>Patrick Hoogenbosch</i>								
Zaal 2B	Masterclass From a red zone towards the blue zone <i>Erkki Vartiainen</i>			Masterclass We zijn allemaal van de afdeling Gezond en Gelukkig leven <i>Vincent Luyendijk</i>			Masterclass Wonen is meer dan stenen: werken aan een vitale woonomgeving <i>Anja Machielse</i>			Lezing Van Wonen met zorg naar zorgzame gemeenschappen <i>Anne van Grinsven</i>														
Zaal 6	Workshop Blue Zone gemeenschappen, Hoe creëer je die? <i>Ingeborg van der Oord (Welzijn/gezondheid)</i>			Workshop Bewust Beweging Creëren <i>Joel Kruisselbrink</i>			Workshop Geluk en gezond in de gebouwde omgeving <i>Pim van der Ven</i>			Workshop Ontdek de geheimen van Sardinië. Een reis naar de Blue Zones van lang leven en welzijn <i>Jan Luursema</i>														
Zaal 16	Lezing De bouwstenen van een beweegvriendelijke omgeving <i>Ijla van Holsteijn</i>		Lezing Patiëntenreis vanuit Positieve Gezondheid met aandacht voor leefstijl en eigen regie <i>Sandra van Hogen-Koster</i>		Lezing It takes a village to grow old <i>Karin Leferink</i>		Beleving Meditatie en zenbeoefening <i>Harry Mengers</i>		Lezing Van hocus pocus naar hocus focus <i>Michiel Flooren</i>		Lezing Vanuit de rolstoel naar de DJ Booth <i>Esther Goedvolk</i>		Lezing Manifest voor nieuwe collectiviteit en eigenaarschap in woonbuurten <i>Pim van der Ven en Alex Stevers</i>		Lezing Ruimte maken voor gezonde keuzes <i>Martijn Eekhof</i>									
Zaal 7	Opening & Panel Beleving Gezond Natuur Wandelen <i>Tjisse Brookman</i>			Beleving Lokaal smaakexplosies verbouwen doe je zo! <i>Bart van Enden en Steven Keijzer</i>			Beleving Het Blue Zone Festival lied <i>Monique van Bruggen</i>			Beleving ChiWalking, wandelen met de kracht van ontspanning <i>Henk Hiemstra en Evert Aldewereld</i>			Afsluiting											
Zaal 18-21	Hogeschool Windesheim Visualisatie van Blue Zone in regio Zwolle																							
Zaal 15	Beleving Hoe maken we de veldboon een essentieel onderdeel van onze maaltijd? <i>Sharon de Miranda en Annet Kooiker</i>			Workshop Nieuwe generatie Wijkcentra Positieve Gezondheid <i>Sabine Megens en Melvin Kaersenhout</i>			Workshop Jouw creatieve reis: Blue Zones in beeld <i>Michel van Schaik en Suzanne van Hoeve</i>						Inspiratiesessie Sport en bewegen meer dan alleen een spelletje <i>Guido Davio</i>											
Zaal 12	Workshop Muziek zet je brein in beweging <i>Monique van Bruggen</i>			Workshop De wereld van het verlangen <i>Jelmer Hoogzaad</i>			Workshop (Hoe) kunnen we van een lokale migranten(ouderen)gemeenschap een blue zone maken? <i>Petra van Loon en Lucia Garcia Lameiro</i>			Workshop Waar zijn we thuis? <i>Joke Hermesen</i>														
Zaal 13	Inspiratiesessie Stevig Staan, valpreventie Noord Limbrug <i>Marleen Jansen en Nicole Remmers</i>		Inspiratiesessie Beweging van zorg naar gewoon leven als oplossing van toenemende druk op de (ouderen) zorg <i>Esther Tigelman en Fatmir Miftari</i>		Inspiratiesessie De wooncoöperatie, een nieuw perspectief op wonen <i>Aart Cooman</i>		Inspiratiesessie Volop inspiratie uit onze studiereis Japan 2023 <i>Dort Spierings, Wendy Kemper en Hiroko Mizumura</i>		Inspiratiesessie Bouwen aan Blue Zone Nederland <i>Amanda Jansen en Lianne Dierdorp</i>		Inspiratiesessie Vitaal Vechtdal: 10 jaar transitie in de praktijk <i>Dieger ten Berge</i>													
Zaal 11	Inspiratiesessie Gezonde en inclusieve leefomgevingen door samenwerking in living labs <i>Karin Dijkstra en Elke ter Huurne</i>			Beleving Rondleiding spoorzone Zwolle <i>Eva Smit</i>			Inspiratiesessie Waarde gedreven ontwikkelen op de boerderij <i>Sanne de Groot Koerkamp</i>			Workshop Wat laat jij na? <i>Jelmer Hoogzaad</i>			Workshop Hoe verder met geleerde lessen uit onze studiereis Japan 2023 <i>Dort Spierings en Werner Rutjes</i>											