

Programma Wellbeing Week						
	maandag 18 november	dinsdag 19 november	woensdag 20 november	donderdag 21 november	vrijdag 22 november	
<b>Ochtend</b>	08.00 - 08.45 (NL) Ochtendmeditatie Locatie: Nicolaasklooster	08.00 - 08.45 (NL) Ochtendmeditatie Locatie: Nicolaasklooster	09.00 - 10.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Bestuursgebouw	08.00 - 08.45 (NL) Ochtendmeditatie Locatie: Nicolaasklooster	09.00 - 10.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Bestuursgebouw	<b>Thema</b>
	09.00 - 17.00 (NL & ENG) Schrijf- en studeercoaching Locatie: Skills Lab	09.00 - 17.00 (NL & ENG) Schrijf- en studeercoaching Locatie: Skills Lab	09.00 - 17.00 (NL & ENG) Schrijf- en studeercoaching Locatie: Skills Lab	09.00 - 17.00 (NL & ENG) Schrijf- en studeercoaching Locatie: Skills Lab	09.00 - 17.00 (NL & ENG) Schrijf- en studeercoaching Locatie: Skills Lab	<b>Workshop</b>
	10.00 - 17.00 (NL & ENG) Een zinnig gesprek Locatie: Verschillende locaties	09.30 - 11.00 (ENG) How pressured are students? Locatie: Minnaert 0.11	09.00 - 11.00 (NL) Bewust en effectief werken Locatie: Drift 23 ruimte 212	09.00 - 10.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Bestuursgebouw	09.30 - 12.30 (ENG) Stressmanagement Locatie: Bestuursgebouw 0.33A	<b>Lezing</b>
	10.30 - 11.30 (NL & ENG) Yoga in de Janskerk Locatie: Janskerk	09.30 - 12.30 (NL) Kennismaken met timemanagement Locatie: Buys Ballotgebouw 075	10.00 - 17.00 (NL & ENG) Een zinnig gesprek Locatie: Verschillende locaties	10.00 - 17.00 (NL & ENG) Een zinnig gesprek Locatie: Verschillende locaties	10.00 - 17.00 (NL & ENG) Een zinnig gesprek Locatie: Verschillende locaties	<b>Sport</b>
	11.00 - 12.45 (NL) Omgaan met prestatiedruk Locatie: Drift 23 ruimte 113	10.00 - 17.00 (NL & ENG) Een zinnig gesprek Locatie: Verschillende locaties	10.00 - 11.00 (NL & ENG) Hockeyen bij USHC Locatie: Olympos	10.00 - 11.00 (NL) De wetenschap van het leren Locatie: Minneart 009	11.00 - 12.30 (NL) Studenten en financiën Locatie: Buys Ballotgebouw 223	<b>Persoonlijk</b>
	11.15 - 12.15 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Bestuursgebouw	11.00 - 12.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Bestuursgebouw	11.00 - 12.00 (NL) Je stress de baas Locatie: Ruppert 114	11.00 - 12.00 (NL & ENG) Zelfverdediging Locatie: Olympos Danszaal		<b>Overig</b>
<b>Middag</b>	12.00 - 12.30 (NL) Nadelen en gevolgen studielening Locatie: Buys Ballotgebouw 023	11.00 - 12.30 (NL & ENG) Tai Chi Locatie: Olympos Danszaal	12.15 - 14.15 (NL & ENG) Schilderen Locatie: Parnassos lokaal 2.02	12.00 - 13.00 (NL & ENG) Informal lunch session Locatie: Educatorium Balkon Pi		
	13.30 - 15.00 (NL) Je onbewust als beste vriend Locatie: Bestuursgebouw VLEE-zaal	11.00 - 12.30 (NL) Keuzes maken, hoe doe je dat? Locatie: Oudegracht 33	13.00 - 15.00 (NL & ENG) Klimmen Locatie: Olympos	12.00 - 13.30 (NL & ENG) Djembé workshop Locatie: Parnassos lokaal 0.24		
	14.00 - 17.00 (NL) Stressmanagement Locatie: Bestuursgebouw 0.33A	13.30 - 15.00 (NL & ENG) Urban Dance Locatie: Parnassos lokaal 0.07	13.00 - 14.30 (NL) Gefocust blijven in tijden van afleiding Locatie: Bestuursgebouw, VLEE-zaal	13.15 - 15.00 (ENG) Omgaan met prestatiedruk Locatie: Drift 23 ruimte 113		
	15.00 - 16.00 (NL & ENG) Boksen Locatie: Olympos MB zaal	14.00 - 15.00 (ENG) What the brain teaches about learning Locatie: Ruppert 042	15.00 - 16.00 (NL) Uitstelgedrag aanpakken Locatie: Buys Ballotgebouw 119	14.00 - 16.00 (NL & ENG) A walk into silence Locatie: Spar (Uithof)		
	15.30 - 17.00 (NL) Grenzen stellen Locatie: Oudegracht 33	15.00 - 17.00 (NL) Workshop Studeren als een Locatie: Bestuursgebouw 0.33F	15.30 - 17.00 (NL & ENG) How things can go differently Locatie: Ruppert 111	15.00 - 16.00 (NL & ENG) Pole Fitness Locatie: Olympos Spinningzaal		
	16.00 - 17.00 (NL) Positieve psychologie Locatie: Langeveld G225	16.00 - 17.15 (NL) Mindfulness met Feldenkrais methode Locatie: Ruppert 125	16.00 - 17.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Studiepunt Rechten	15.00 - 16.15 (NL) No more stress and burn-outs! Locatie: Koningsberger zaal Pangea		
	16.00 - 17.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Studiepunt Rechten	17.15 - 18.00 (NL & ENG) Meditation Lab Locatie: Langeveld G225	17.00 - 18.15 (NL) Mindfulness met Feldenkrais methode Locatie: Ruppert 121	16.00 - 17.00 (NL & ENG) Spreekuur psychologen Locatie: Studiepunt Rechten		
	16.00 - 17.00 (NL) Surprise sessie: Wat motiveert jou? Locatie: Minnaert 2.08			17.15 - 18.00 (NL & ENG) Meditation Lab Locatie: Langeveld G225		
	17.15 - 18.00 (NL & ENG) Meditation Lab Locatie: Langeveld G218					
<b>Avond</b>	18.30 - avond (NL & ENG) Verenigingsavond Vita Optima Locatie: Kromme Nieuwegracht 90		19.45 - 21.00 (NL & ENG) Liggend concert Locatie: Janskerk	20.00 - 22.00 (NL) Filmavond 'Zachte Kracht' Locatie: Ruppert C		