

# Follow Up

5 juni  
2018

Ghelamco  
Arena

UITNODIGING  
DEELNEMERS EN ALUMNI  
OPVOLGERSACADEMIE

**Work-life:  
samen maken  
we de balans op**

 **IFB**

#### ❖ TIMING:

- 18u Ontvangst en drinks  
18u30 Work-life: samen maken we de balans op  
Inleiding en moderator: Wim De Vilder  
18u35 Elke Geraerts – Better Minds at Work  
19u15 Getuigenissen  
Hannelore Raes – Agristo  
Sarah Coppens – Salons De Waerboom  
Ben Maes – Special Fruit  
20u00 Round-Up Opvolgersacademie 2017-2018  
20u15 Walking Dinner & Networking

#### ❖ SPREKER:

##### **Elke Geraerts** Mentaal Kapitaal

Elke Geraerts is doctor in de psychologie en oprichtster van Better Minds at Work. In haar bestseller Mentaal Kapitaal toonde neuropsychologe Elke Geraerts hoe we ons brein beter kunnen wapenen tegen stress, burn-out en andere mentale problemen. In Het Nieuwe Mentaal gaat ze een stap verder: het is hoog tijd dat we onze maatschappij aanpassen aan ons brein, en niet omgekeerd.

#### ❖ GETUIGENISSEN:

##### **Hannelore Raes**

CEO Agristo en mama van 2

“Een coach helpt me prioriteiten te bepalen en een goed evenwicht te vinden op het vlak van timemanagement.”

##### **Sarah Coppens**

CEO Waer Waters en mama van 3 (op 34 maand tijd)

“Gelukkig heb ik het excuus dat ik wellness moet bezoeken als deel van mijn job.”

##### **Ben Maes**

Purchase Director Special Fruit

Work-life balance 2.0: Ben combineert leven in Spanje met werken in België.

# Follow Up

Het Instituut voor het Familiebedrijf nodigt je vriendelijk uit op Follow Up, hét event voor alle deelnemers en alumni van de Opvolgersacademie. Follow Up brengt jaarlijks de jonge talenten samen die in hun familiebedrijf een rol hebben opgenomen of nog zullen opnemen, en biedt hen de gelegenheid bij te leren en ervaringen uit te wisselen rond een actueel thema.

5 juni  
2018

Ghelamco  
Arena

Hoe combineert men in een familiebedrijf hard werk en privé tijd?

Waar bij vorige generaties de 100-urige werkweek de norm was, zien we in de maatschappij een duidelijke verschuiving naar (vrije) tijd als kapitaal. Het opnemen van een rol in het familiebedrijf kan op dat vlak een uitdaging vormen. Hoe gaan we om met de druk en de verantwoordelijkheid die deze rol met zich meebrengt? En nog belangrijker: slagen we erin om voldoende tijd te hebben voor familie, vrienden en ontspanning?

Aan de hand van een keynote speech en enkele interessante getuigenissen komen we er alles over te weten.

 IFB

Inschrijven voor Follow Up is verplicht en doe je via [www.familiebedrijf.be/follow](http://www.familiebedrijf.be/follow).

We voorzien een interessant programma en een heerlijke walking dinner.

Follow Up wordt gratis aangeboden door het Instituut voor het Familiebedrijf en zijn partners.

We hopen van harte je te mogen verwelkomen op 5 juni in de Ghelamco Arena!

*Follow Up is exclusief voorbehouden voor deelnemers en ex-deelnemers aan de Opvolgersacademie van het IFB.*

*Ken je een opvolger die interesse heeft om in de toekomst deel te nemen aan de Opvolgersacademie, aarzel dan zeker niet om hem of haar mee in te schrijven en mee te brengen naar de Ghelamco arena!*

[www.familiebedrijf.be](http://www.familiebedrijf.be)