



(bron: [https://www.raaaf.nl/projects/927\\_the\\_end\\_of\\_sitting/952](https://www.raaaf.nl/projects/927_the_end_of_sitting/952))

Beste Praktijkpartner,

We kijken ernaar uit om elkaar online te ontmoeten op onze tweede (C.O.P.) inspiratiesessie op 14 april 2021!

We gaan ook tijdens deze bijeenkomst van gedachten wisselen over praktijkvraagstukken, interventies, trends en ontwikkelingen in relatie tot het thema 'ontspannen en bewegen'. Tijdens drie interactieve bijeenkomsten (10 maart, 14 april, 2 juni) zullen we ervaringen gaan uitwisselen van zowel binnen de innovatiewerkplaats als in de praktijk. Dit helpt ons om onze onderzoeken af te stemmen op de vraagstukken die leven bij jullie in de praktijk.

#### Programma 14 maart

- Inspiratiesessie – met Pam ten Broeke en Tommy Visscher
- Discussie en ideeën ophalen voor onderzoek naar 'ontspannen en bewegen'
- Afsluiting en vooruitblik

Mochten jullie nieuwsgierig zijn naar de onderzoeksrapportages van onze recente afstudeerders rondom het thema 'ontspannen en bewegen', klik dan [hier](#). Mocht je alvast inspiratie willen opdoen over hoe we zitgedrag zouden kunnen verminderen door ruimtelijk ontwerp bekijk dan [hier](#) het filmpje 'The End of Sitting' van RAAAF.

Hartelijke groet,  
Saskia Mars  
Sjoukje van Dellen  
Mark Mobach

## Pam ten Broeke



Pam ten Broeke is PhD student bij het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit. Haar project gaat over zitgedrag, of specifieker; ze wil weten waarom en wanneer we zitten, en wanneer we juist actief zijn. “Hoe worden onze beslissingen om te gaan zitten en/of op te staan gestuurd door de omgeving, door de mensen om ons heen, en door onze gedachten en gevoelens?”

De inzichten uit haar onderzoek kunnen uiteindelijk ingezet worden om mensen op een natuurlijke en simpele manier vaker te laten opstaan.

## Tommy Visscher



Tommy Visscher heeft als gezondheidswetenschapper veel ervaring met praktijkgericht onderzoek naar het bevorderen van gezond gedrag. Ongezond gedrag is vaak niet een onlogisch gevolg van een gezonde omgeving, maar het logische gevolg van een ongezonde omgeving. En dus hebben praktijkpartners in de omgeving een belangrijke rol bij het vinden van oplossingen voor een gezondere omgeving. Door samen op te trekken met praktijkpartners werken hogescholen mee aan het beantwoorden van de juiste vragen en het vinden van de juiste oplossingen. Als teamleider bij het Stafbureau Onderwijs en Onderzoek van de Hanzehogeschool heeft de impact van onderzoek op onderwijs en samenleving zijn bijzondere interesse.