

nodigt u uit voor de themabijeenkomst:

Sedentair gedrag

De bijeenkomst vindt plaats op:

Dinsdag 25 september 2012

18:00-21:00 uur

Locatie: Seats2Meet **Utrecht**

Moreelsepark 65

3511 EP Utrecht

'Gij zult meer slenteren'

Volkscrant 8 juni 2012

Den Haag- De Nederlandse norm voor gezond bewegen voldoet niet. Wie veel loopt of staat, doet meer voor zijn gezondheid dan wie een half uurtje sport en daarna op de bank ploft. Recente onderzoeksresultaten veranderen het bestaande beeld over de relatie tussen bewegen en gezondheid. Sporten kan een manier zijn om meer te bewegen, maar als je daarnaast weinig actief bent, heeft het geen nut.

- Programma -

- 18:00 - 18:45 **Ontvangst met broodjes en drinken**
- 18:45 - 18:50 **Opening**
- 18:50 - 19:30 **Is teveel zitten slecht voor de gezondheid onafhankelijk van lichamelijke activiteit?**
Dr. Hidde van der Ploeg, Senior onderzoeker
Department of Public and Occupational Health, EMGO, VUmc
- 19:30 - 20:10 **Slenter je gezond – de duur van lichamelijke activiteit heeft een groter effect op gezondheid dan het energieverbruik dat ermee gepaard gaat.**
Dr. Hans Savelberg, Senior onderzoeker
Universiteit Maastricht
- 20:10 - 20:40 **Update van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen**
Dr. Claire Bernaards, Onderzoeker, Projectmanager
TNO Leiden & Onderzoekscentrum Body@Work
- 20:40 - 20:45 **Sluiting**
- 20:45 **Netwerkborrel**



Wilt u deelnemen aan de bijeenkomst, stuur dan **uiterlijk donderdag 20 september** een e-mail naar igbeng@bewegingswetenschappen.org, onder vermelding van:

- naam
- naam organisatie, instelling, of opleiding
- telefoonnummer
- wel / geen lid VvBN
- wel / geen student

Voor VvBN-leden is de bijeenkomst gratis. Voor niet-leden zijn de kosten 20 euro. Voor studenten die (nog) geen lid zijn van de VvBN zijn de kosten 5,00 euro. Koffie, thee, broodjes en borrel zijn inbegrepen. De inschrijfkosten dienen bij binnenkomst contant te worden voldaan.

Namens het organisatiecomité,

Monique Simons, Jeroen Barte, Joop Duivenvoorden, Robert Memelink, Tom Melai, Karin Proper

Voor informatie en lidmaatschap VvBN zie www.bewegingswetenschappen.org

Routebeschrijving

[http://www.seats2meet.com/locations/85/Seats2meet com Utrecht](http://www.seats2meet.com/locations/85/Seats2meet_com_Utrecht)