

Tussen kunst en kliniek

Tussen kunst en kliniek

Verhalen over de toekomst
van beweegzorg

Di-Janne Barten
Thomas Hoogeboom

en de U-Move onderzoeksgroep

20/10
Uitgevers

© 20/10 Uitgevers, Grou 2026

Redactie: Dick Lagrand, Amsterdam

Bureauredactie: Nel van Beelen, Amsterdam

Fotografie titelpagina's hoofdstukken: Adriënné Verburg, Utrecht

Vormgeving: Coco Bookmedia, Amersfoort

Druk: Veldhuis Media, Meppel

20/10 Uitgevers ontwikkelt professionele en educatieve informatieproducten voor professionals en studenten in de gezondheidszorg en de sector sport, bewegen en gezondheid.

info@2010uitgevers.nl | www.2010uitgevers.nl

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die nochtans onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich gaarne aanbevolen. Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden veeleenvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische veeleenvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-pro.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) van deze uitgave ten behoeve van commerciële doeleinden dient men zich te wenden tot de uitgever.

ISBN 978-94-90951-81-8

NUR 894

Inhoud

Voorwoord	7
De kunst van het bewegen	11
De kunst van het twijfelen	27
De kunst van het voorkomen van een val	45
De kunst van het zien	61
De kunst van het samen kiezen	71
De kunst van het doen	87
De kunst van het kwantificeren	99
De kunst van het anticiperen	115
De kunst van het samenwerken	125
De kunst van het voortschrijdend weten	141
De kunst van het uitzoomen	159
Nawoord	171
Referenties	173
Over de auteurs en fotograaf	187

Voorwoord

Als onderzoekers binnen de beweegzorg krijgen wij regelmatig de vraag wat de toekomst zal brengen voor ons vak. Eigenlijk is dat best opmerkelijk. Waarom zou een wetenschapper weten wat de toekomst inhoudt? Als er iets is wat wij als onderzoekers dag in dag uit leren, is het wel dat het voorspellen van de toekomst bijzonder uitdagend is. Zo niet onmogelijk. Er zijn simpelweg te veel variabelen om rekening mee te houden.

Dat neemt niet weg dat deze vraag wel heel interessant is, ook voor ons als wetenschappers. De gezondheidszorg lijkt aan de vooravond te staan van een kantelpunt. Het vak zoals we het kennen, zou zomaar ingrijpend kunnen veranderen. Logisch dus, dat collega's zich blijven afvragen:

'Moeten we de komende jaren gaan inzetten op zorgnetwerken, op nieuwe verdienmodellen, op technologie, op data, op wetenschappelijk onderzoek, op samenwerking, op mono-, multi-, inter- of toch transdisciplinair werken, op terug naar de basis, op *hands-off*, op *hands-on*, op *blended* zorg, op preventie, op leefstijl, op specialiseren, op generaliseren, op zelfmanagement, op coaching, op *community building*, op passende zorg, op *triple*, *quadruple*, *quintuple* of *sextuple aim* zorg, op minder behandelen, op meer behandelen, op wijkzorg, op thuiszorg, op *evidence-based practice*, op *practice-based evidence*, op *context-based practice*, op klinisch redeneren, op intuïtie, op placebo, op minder administratie, op hogere lonen, op essentiële zorg,

op inclusieve zorg, op exclusieve zorg, op alles tegelijk, of toch gewoon op AI?’

Mede om onze collega’s richting te geven, besloten we dit boek te schrijven. Niet omdat wij denken de toekomst te kunnen voorspellen of alle antwoorden te hebben. Wel omdat wij door onze betrokkenheid bij onderzoek, onderwijs, praktijk en beleid een eigen perspectief hebben op de technologische, maatschappelijke en demografische ontwikkelingen van dit moment. Dit perspectief hebben we gevangen in elf persoonlijke verhalen van elf verschillende auteurs met verschillende achtergronden, in elf hoofdstukken, omkleed met prikkelende aforismen. Soms is er overlap, soms zijn er verschillen van inzicht. Maar ieders verhaal is altijd persoonlijk, positief en toekomstgericht.

Een andere reden om dit boek te schrijven was onszelf vertragen. Wat vinden wij belangrijk? Welke lessen trekken wij uit het onderzoek dat wij verrichten samen met partijen uit het werkveld, studenten en docenten? En wat willen wij onze collega’s en toekomstige collega’s meegeven? Echt de tijd nemen om daarover na te denken doen we ook binnen de wetenschap helaas te weinig. Het schrijven van dit boek was voor ons dus tevens een mooie gelegenheid om eens uit te zoomen. Om even afstand te nemen van de dagelijkse hectiek en ruimte te creëren om anders naar ons vakgebied te kijken. Hierbij hebben we gebruikgemaakt van kunst. Aandachtig kijken naar kunst helpt om te vertragen en je perspectief te verschuiven. Probeer het zelf eens met de kunstwerken die in ieder hoofdstuk te vinden zijn.

Tot slot wilden we een boek schrijven dat de lezer aanzet tot reflectie. Een boek dat uitdaagt en prikkelt, maar ook ruimte laat. We nodigen je uit om het boek vooral rustig te lezen: één hoofdstuk per keer, of misschien één of twee aforismen per

keer. Sta stil bij wat je leest. Wat bedoelt de schrijver? Hoe verhoud jij je daartoe? Raakt het je? En zo ja, waarom? Zet het je aan om je perspectief te verschuiven? En hoe zou je daarmee kunnen beginnen?

De toekomst kunnen we niet voorspellen. Maar we kunnen wel de verhalen delen die ons denken en handelen hebben gevormd. Verhalen die richting geven aan een ander, een positief perspectief op ons vak, en die jou hopelijk uitnodigen om het beste uit je vak te halen.

Di-Janne Barten en Thomas Hoogeboom

Juli 2026