

Stellingen

1. Mensen met een chronische dwarslaesie bewegen heel erg weinig. *(dit proefschrift)*
2. Een zelfmanagement interventie bij mensen met een chronische dwarslaesie draagt niet bij aan vergroten van fysieke activiteit. *(dit proefschrift)*
3. Zelf-effectiviteit is een belangrijke determinant om rekening mee te houden bij het vergroten van fysieke activiteit. *(dit proefschrift)*
4. Richt gedragsinterventies op problemen die mensen met een chronische aandoening ervaren. *(dit proefschrift)*
5. Gedragsverandering is vooral mogelijk als het leven van mensen op dat moment noodgedwongen ingrijpend veranderd is. *(dit proefschrift)*
6. In order to succeed, people need a sense of self-efficacy, struggle together with resilience to meet the inevitable obstacles and inequities of life. *(Albert Bandura)*
7. We are what we repeatedly do. Excellence, then, is not an act, but a habit. *(Aristoteles)*
8. The most effective ways to do it, is to do it *(Amelia Earhart)*
9. Laat degene die de wereld in beweging wil zetten, eerst zelf in actie komen. *(Socrates)*
10. We do not stop exercising because we grow old - we grow old because we stop exercising. *(dr. Kenneth Cooper).*
11. To remain indifferent to the challenges we face is indefensible. If the goal is noble, whether or not it is realized within our lifetime is largely irrelevant. What we must do therefore is to strive and persevere and never give up. *(Dalai Lama XIV)*