

Stellingen behorende bij het proefschrift

Promoting a Healthy Lifestyle.

Effectiveness of an intervention on physical behaviour and physical fitness among adolescents and young adults with spastic cerebral palsy

Jorrit Slaman

1. Jongeren met cerebrale parese hebben minder gunstig beweeggedrag en een lagere fitheid dan jongeren zonder lichamelijke beperking (dit proefschrift).
2. De fysieke belasting van lopen is omgekeerd evenredig aan de dagelijkse wandeltijd bij personen met cerebrale parese (dit proefschrift).
3. Jongeren met CP overschatten hun dagelijkse hoeveelheid lichamelijke activiteit (dit proefschrift).
4. Gedrag veranderen is moeilijk (dit proefschrift).
5. Het aanbieden van een leefstijlinterventie kost niet meer dan het niet aanbieden (dit proefschrift).
6. Wereldwijd is een op de tien doden te wijten aan bewegingsarmoede (Lee et al., Lancet, 2012).
7. Het verwerven van vaardigheden door personen met meervoudige beperkingen is, vanwege de confrontatie met de grenzen van het haalbare, te vergelijken met topsport (Marc Wichers, 2011).
8. Aangezien alles op aarde in beweging is en stilstand niet bestaat, zal er altijd vooruitgang of verval zijn (Niccolo Machiavelli 1513).
9. Het is een groot compliment wanneer mensen je handicap vergeten (Tess Scheele, 2013).
10. Als het hele jaar vakantie was, zou sporten net zo vervelend worden als werken. (William Shakespeare, 1597).
11. Life is like riding a bicycle. To keep your balance, you must keep moving (Albert Einstein, 1930).