EEN WETENSCHAPSFESTIVAL OVER BREIN & BEWEGEN

I-BRAIN & SPORT

26.11
2017

13U—18U BREINWIJZER.BE
ZEBRASTRAAT 32 GENT

DAG VAN DE WETENSCHAP

PROGRAMMA

v.u. Breinwijzer vzw, Voorhoutkaai 15, 9000 Gent. Illustratie: Delphine Frantzen

UURSCHEMA ZONDAG 26 NOV 2017 13U – 18U

NED KAHN PRESENTATIE	NICK ERVINCK PRESENTATIE	HONORÉ D'O PRESENTATIE	PANAMARENKO COACHING	EXPO 1e COACHING	ANNEKE EUSSEN COACHING	PIRANHA COACHING
13u30 – 14u15 **Met vallen en opstaan** Patrick Santens	13u30 – 14u15 **To walk again** Kris Goos en Sara Kenis	13u30 – 14u15 **Bewegen met een verstandelijke beperking** Alyt Oppewal	13u30 – 14u15 **Fit & Actief met Parkinson**	13u30 – 14u15 **Just Move**		
14u30 – 15u15 **Veerkracht en beweging** Michael Portsky	14u30 – 15u15 **Denken als een topsporter** Servaas Bingé	14u30 – 15u15 **Dementie en beweging** Lianne Sanders	14u30 – 15u15 **Fit & Actief met Parkinson**	14u30 – 15u15 **Just Move**	14u30 – 15u15 **Op de bank bij de sportpsycholoog?**	14u30 – 15u15 **Yoga: geest als lichaam, lichaam als geest**
15u30 – 16u15 **Jonger door te bewegen?** Freja Gheysen	15u30 – 16u15 **Your Brain Game: mindset en (sport) prestaties** Jon Strubbe	15u30 – 16u15 **Muizensport en het brein** Peter Roemers	15u30 – 16u15 **Tai Chi als breingym**	15u30 – 16u15 **Just Move**	15u30 – 16u15 **Op de bank bij de sportpsycholoog?**	15u30 – 16u15 **Yoga: geest als lichaam, lichaam als geest**
16u30 – 17u15 **Slimmer door te bewegen?** Eric Kerckhofs	16u30 – 17u15 **Brein en voedings-supplementen** Lieselot Decroix	16u30 – 17u15 **Het obese brein in beweging** Mireille Augustijn	16u30 – 17u15 **Tai Chi als breingym**	16u30 – 17u15 **Just Move**	16u30 – 17u15 **Op de bank bij de sportpsycholoog?**	16u30 – 17u15 **Yoga: geest als lichaam, lichaam als geest**
17u25 – 18u10 **Het brein op tafel. Live hersen-dissectie** Katharina D'Herde	17u25 – 18u10 **Bewegen met robotica, bionica en virtual reality** Christophe Lafosse	17u25 – 18u10 **Hou je hoofd erbij!** Cedric Arijs en Justine Loosveldt	17u25 – 18u10 **Tai Chi als breingym**	17u25 – 18u10 **Just Move**	**MARKT – LOUNGE + EXPO 1e** DOORLOPEND **INFOSTANDEN**	

I-BRAIN SPORT BREIN & BEWEGEN

WETENSCHAPSFESTIVAL OVER HERSENEN

I-Brain is een festival over hersenen: een mix van wetenschappelijke presentaties en workshops met top experten uit België en Nederland, een live menselijke hersendissectie, en zoveel meer!

Doelstellingen:

1. Het onderzoek dat aan de Vlaamse universiteiten gebeurt rond het fenomeen 'brein & bewegen' naar een breed publiek communiceren.
2. Het onderzoek linken aan de maatschappelijke realiteit en het stimuleren van een maatschappelijk debat over het thema.
3. De beeldvorming en stigmatisering rond hersenaandoeningen nuanceren op basis van wetenschappelijk gefundeerde informatie.

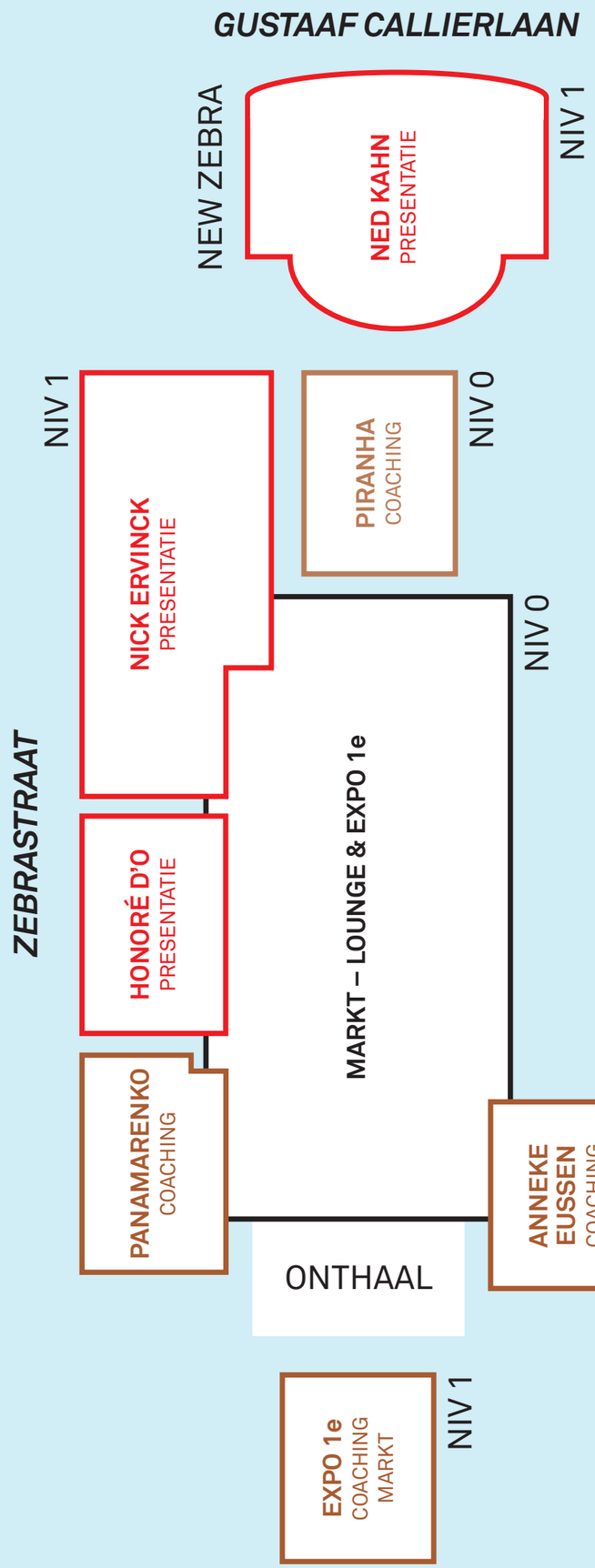
I-Brain is een initiatief van www.breinwijzer.be

Dag van de Wetenschap
zondag 27 november 2016

Breinwijzer vzw

GRONDPLAN

www.zebrastraat.be/economie.html



Ligging gebouw: www.zebrastraat.be/contact.htm

PRESENTATIE

NED KAHN / NICK ERVINCK / HONORÉ D'O

Met vallen en opstaan

Patrick Santens

13:30 – 14:15 NED KAHN / NEW ZEBRA

Bewegen lijkt zo vanzelfsprekend. We doen het automatisch, continu, zonder het te beseffen. Met onze ogen, die continu onze blik sturen. Met onze ademhaling die ons in leven houdt en onze romp-spieren die ons rechtop houden. Maar wat als het fout gaat? Wat als bewegingen niet meer mogelijk zijn? Of wat als ze niet meer automatisch verlopen en we moeten nadenken bij al deze processen? Wat als we onze bewegingen niet meer controleren. In deze sessie worden verhalen verteld van mensen met hersenaandoeningen die leiden tot een stoornis in het bewegen. Een verkenning, maar tegelijk ook een uitnodiging tot erkenning van deze soms bevreemdende problemen.

Veerkracht en beweging

Michael Portzky

14:30 – 15:15 NED KAHN / NEW ZEBRA

De laatste jaren wordt steeds vaker het belang van beweging benadrukt ter preventie van cognitieve achteruitgang bij ouder worden en/of voor de emotionele gezondheid en stabiliteit. Ook Michael Portzky benadrukte in zijn gekende boek Veerkracht bij zijn herstel-stappenplan na burnout of depressie reeds de meerwaarde van de combinatie van intellectuele activiteiten met gewichtstraining. In deze presentatie wordt ingegaan op welke zeer specifieke voordelen beweging kan bieden wat stressgebonden problemen betreft.

Jonger door te bewegen?

Freja Gheysen

15:30 – 16:15 NED KAHN / NEW ZEBRA

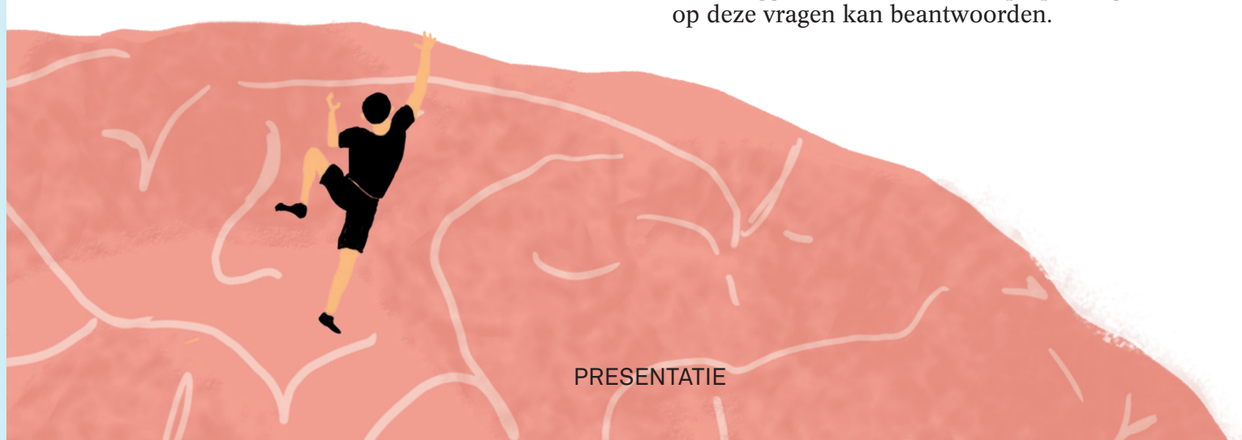
Het normale verouderingsproces wordt gekenmerkt door een geleidelijke achteruitgang van cognitieve functies zoals geheugen, aandacht en snelheid van informatieverwerking. Het goede nieuws is dat we deze achteruitgang van de neurocognitieve fitheid kunnen afremmen door een relatief eenvoudige gedragsverandering: frequente lichaamsbeweging. Recent wordt gesuggereerd dat bewegingsprogramma's voor ouderen bij voorkeur ook een cognitieve inspanning bevatten om voldoende neurocognitieve plasticiteit op langere termijn te bewerkstelligen. Een belangrijke vraag hierbij is hoe we dergelijke bewegingsprogramma's specifiek kunnen implementeren en ouderen hiervoor kunnen stimuleren.

Slimmer door te bewegen?

Eric Kerckhofs

16:30 – 17:15 NED KAHN / NEW ZEBRA

Kan ik mijn geheugen en mijn planningsvermogen verbeteren door te sporten? Kan ik beter leren door te sporten? Kan ik door te sporten het achteruitgaan van mijn cognitieve vermogens met de leeftijd afremmen? Hoe werkt dat dan? Welke cognitieve vermogens zijn best te beïnvloeden door beweging? Kan ik door te sporten dementie voorkomen? Wat moet ik daar dan precies voor doen? Kan bewegen hulp bieden bij mensen bij wie de cognitieve vermogens zijn aangedaan door een hersenaandoening? In deze presentatie zullen we uitleggen wat de wetenschap op dit ogenblik op deze vragen kan beantwoorden.



Het brein op tafel. Live hersendissectie

Katharina D'Herde

17:25 – 18:10 NED KAHN / NEW ZEBRA

Aan de hand van een presentatie en een live dissectie van gebalsemde menselijke hersenen wordt ingegaan op de 3-dimensionele structuur en werking van het menselijk brein. We gaan in op vragen zoals welke structuren in de hersenen zorgen voor de aansturing en coördinatie van onze bewegingen, hoe werken onze hersenhelften samen, welke structuren zijn verantwoordelijk voor onze geheugenfunctie en welke structuren maken deel uit van ons emotionele brein.

To Walk Again

Kris Goos en Sara Kenis

13:30 – 14:15 NICK ERVINCK

Een ongeval, een plotse ziekte of een chronische aandoening kunnen je leven volledig veranderen. Het REVAlution Center (To Walk Again) vormt de directe link tussen therapie, technologie en onderzoek. De meest recente ontwikkelingen op het vlak van gangrevalidatie, neurologische revalidatie en revalidatie na amputatie worden ingezet in therapie.

In deze sessie worden de werking van het REVAlution Center alsook de sport- en bewegingswerking van To Walk Again voorgesteld.

Denken als een topsporter

Servaas Bingé

14:30 – 15:15 NICK ERVINCK

Een optimale gezondheid is voor een topsporter een absolute voorwaarde om te presteren. De verdiensten van een topsporter gaan dus hand in hand met zijn of haar 'healthitude'. Of hoe belangrijk een optimaal lichaam en geest is om kansen af te dwingen en een (top)sport-carrière uit te bouwen. Het is deze mindset die we kunnen projecteren op ons allemaal. Van starten met 'waarom' via 'hoe' en 'wat' naar het stellen van doelen voor je gezondheid. Deze doelen meetbaar en bereikbaar maken en obstakels op voorhand in de kiem smoren.

Your Brain Game: mindset en (sport)prestaties

Jon Strubbe

15:30 – 16:15 NICK ERVINCK

Sportpsychologie is de tak van de wetenschap die de mentale aspecten van beweging bestudeert in situaties van sport en presteren. Op een interactieve manier leren jullie kennis maken wat de invloed is van psychologische factoren op sport en vice versa. Wat met motivatie? Wat doet prestatie met het mentale niveau? Wat met mijn emoties? U leert er meer over met prestatiepsycholoog Jon Strubbe.

Brein en voedingssupplementen

Lieselot Decroix

16:30 – 17:15 NICK ERVINCK

Anno 2017 doen voedingssupplementen menige kassa's rinkelen; we grijpen naar supplementen in de hoop onze gezondheid te verbeteren, langer te leven, onze sporten hersenprestaties te verbeteren; maar wat doen ze echt? En meer specifiek, wat doen ze met ons brein? En, kunnen we dezelfde heil makende nutriënten niet uit 'gewone' voeding halen? In deze presentatie focussen we ons op de zin en onzin van bepaalde voedingssupplementen op het brein.

Bewegen met robotica, bionica en virtual reality

Christophe Lafosse

17:25 – 18:10 NICK ERVINCK

Het domein van de neurorevalidatie is volop in beweging. Innovatieve ontwikkelen zoals neuromodulatie, virtual reality, robotica, bionica, zullen de toekomst van de revalidatie sterk bepalen. In deze uiteenzetting wordt dit verder verduidelijkt via een multidimensionaal kader over de gevolgen van een aandoening en de daarbij horende innovatieve revalidatieontwikkelingen.

Bewegen met een verstandelijke beperking

Alyt Oppewal

13:30 – 14:15 HONORÉ D'O

Heeft u soms ook geen zin om te gaan sporten? Maar doet u het toch omdat u weet dat het gezond is? Mensen met een verstandelijke beperking weten vaak niet dat bewegen goed voor ze is, en zijn daarnaast vaak afhankelijk van anderen om te gaan bewegen. Toch is het juist ook voor deze groep erg belangrijk om voldoende te bewegen, zowel voor lichaam en brein. In deze presentatie gaan we in op hoe actief mensen met een verstandelijke beperking zijn, wat de gevolgen hiervan zijn, en wat er voor nodig is om dit te verbeteren.
– www.onbeperktgezond.nl

Dementie en beweging

Lianne Sanders

14:30 – 15:15 HONORÉ D'O

Dementie is een proces van sterke cognitieve en fysieke achteruitgang. Veel oudere mensen waarbij een vorm van dementie is vastgesteld bewegen onvoldoende, terwijl juist zij baat kunnen hebben bij beweging. Maar welke vorm van beweging werkt het beste om de hersenfuncties en de kwaliteit van leven van ouderen met dementie te beschermen? En wat werkt beter: oefeningen die weinig intensief zijn of oefeningen die met een wat hogere intensiteit worden uitgevoerd? Vanuit de afdeling Bewegingswetenschappen van de Rijksuniversiteit Groningen proberen wij antwoord te geven op deze vragen.

Muizensport en het brein

Peter Roemers

15:30 – 16:15 HONORÉ D'O

Sport en bewegen stimuleert leren en het geheugen. Maar hoe werkt dat precies? Door middel van proefdieronderzoek ontrafelen wetenschappers steeds meer onderliggende mechanismen. Zo stimuleert rennen de aanmaak van nieuwe zenuwcellen in een belangrijk geheugencentrum, iets dat tot kort geleden onmogelijk werd geacht. Wij ontwierpen nieuwe methodes om krachtsport en inactiviteit na te bootsen in muizen. Beïnvloeden verschillende vormen van beweging ook verschillende neuro-moleculaire processen, of verschillende vormen van leren en geheugen?

Het obese brein in beweging

Mireille Augustijn

16:30 – 17:15 HONORÉ D'O

Elke dag worden we eraan herinnerd: eet gezond en beweeg voldoende. Maar lang niet iedereen heeft de motoriek van Kevin De Bruyne of Justine Henin. Uit onderzoek weten we dat kinderen met obesitas meer problemen hebben met bewegen dan kinderen met een gezond gewicht. Maar hoe komt dit en wat kunnen we eraan doen? Is het enkel het extra gewicht of is er ook een link met de hersenen?

Hou je hoofd erbij!

Cedric Arijs en Justine Loosveldt

17:25 – 18:10 HONORÉ D'O

'Imagery' of mentaal voorstellen is één van de meest gebruikte mentale technieken door topatleten. Wedstrijdvoorbereiding, inoefenen van technische of tactische technieken, motivatie verhogen, blessureherstel, … Het zijn slechts enkele voorbeelden van vele momenten wanneer deze techniek kan toegepast worden. De samenwerking van brein en lichaam speelt hierbij een belangrijke rol. We stellen deze techniek op een interactieve manier voor aan het publiek en lichten toe hoe iedereen baat kan hebben bij deze techniek om gezonde voornemens tot beweging vol te houden en je sportprestaties te verbeteren.

COACHING

ANNEKE EUSSEN / EXPO 1e / PANAMARENKO / PIRANHA

Just Move

13:30 – 14:15 / 14:30 – 15:15 / 15:30 – 16:15
16:30 – 17:15 / 17:25 – 18:10
EXPO 1e

"The body will become better at whatever you do, or don't do. If you don't move, your body will make you better at not moving. If you move, your body will allow more movement." – Ido Portal Quotes. Kinesitherapeut Karel De Roo neemt je mee in de wereld van de 'Movement Culture' van Ido Portal. De Movement Culture tracht je aan de hand van van verschillende sporten, bewegingsprincipes en filosofieën (terug) in beweging te brengen. Voorzie kledij waarin je je vrij kan bewegen.
– www.karelderoo.com

Fit & Actief met Parkinson

13:30 – 14:15 / 14:30 – 15:15
PANAMARENKO

Fitness met bijzondere aandacht voor zowel mobiliteit als functionaliteit. Gevarieerde oefeningen, efficiënt gericht op de diverse problemen waarmee een Parkinsonpatiënt te maken krijgen: houding, kracht, evenwicht, fijne motoriek, dubbeltaken, transfers, ontspanning en ademhaling. Met bijzondere aandacht voor ieders individueel niveau en veiligheid. Een boeiend en uitdagend groepsgebeuren met leuke opdrachten en spelvormen, waar plezier en vriendschap een belangrijke plaats krijgen. Onder begeleiding van een ervaren kinesitherapeut.
– www.parkinsonliga.be

Tai Chi als breingym

15:30 – 16:15 / 16:30 – 17:15 / 17:25 – 18:10
PANAMARENKO

Tai Chi is een onderdeel van de Chinese krijgskunsten. De zachte en ronde bewegingen die vloeiend in elkaar overgaan worden op een beheerste en ontspannende manier uitgevoerd. Er wordt dan ook vaak gesproken van een interne stijl en van bewegende meditatie. Deze bewegingsleer bevordert de structuur van het skelet, verhoogt de weerstand en vertraagt het verouderingsproces. Tai Chi heeft een positieve uitwerking op allerlei klachten zoals reumatische aandoeningen hart- en vaatklachten, stress, … en wordt aangewend om de stabiliteit en synchrone spieropbouw te bevorderen bij jong en oud. Het uitvoeren van aaneengeschakelde bewegingen, dwingt ons eveneens bewust of onbewust tot geheugentraining.
Patrick Van Campenhout.
– www.vwi.be

Op de bank bij de sportpsycholoog?

14:30 – 15:15 / 15:30 – 16:15 / 16:30 – 17:15
ANNEKE EUSSEN

Je hebt je altijd al afgevraagd wat een sport- en bewegingspsycholoog nu precies doet? Je hebt wel wat vragen als atleet, sporter, coach, sportouder, …, maar contacteerde nog geen mental coach? Grijp je kans en kom langs bij Cedric en Justine van Psy4Sport. We halen de sport- en bewegingspsychologie uit het mysterie en beantwoorden al jouw vragen over hoe we atleten helpen op sportief vlak of mensen bijstaan met hun inspanningen naar een gezonde levensstijl. Probeer ook enkele van de mentale oefeningen uit die we vaak met onze cliënten doen: test je concentratie, leer je energieniveau snel aan te passen of kijk wat visualisatietechnieken voor jou kunnen betekenen.
– www.psy4sport.be

Yoga: geest als lichaam, lichaam als geest

14:30 – 15:15 / 15:30 – 16:15 / 16:30 – 17:15
PIRANHA

De Oude Grieken hebben ons verdeeld in Geest en Lichaam. Daarvoor was er geen sprake van een onderverdeling en het is er dus het raden naar hoe mensen zichzelf ervaarden.

Het is namelijk zo dat telkens er een dichotomie of tweedeling wordt gecreëerd, daar in de taal twee woorden voor worden gebruikt, die elk een vakje of categorie aanduiden, van waaruit vanaf dat moment gesproken, en dus gedacht en ook gevoeld wordt. Eenmaal de taal voor iets gecreeerd wordt, worden als het ware de sporen gelegd waarop de trein van de gedachten moet rijden. Ontsporen is moeilijk, maar niet onmogelijk. Want onder de vers aangelegde sporen van de dichotomie liggen oude kanalen die vanuit ons oerbewustzijn op te graven zijn. Als we onze ogen sluiten, ons onderwerpen aan de natuurelementen, of zelfs gewoon aan de stilte, dan vervaagt de dichotomie en wordt de verbinding weer voelbaar.
Francis Wildemeersch.
– www.yoga-on-call.be

MARKT

LOUNGE + EXPO 1e / 13:00 - 18:00

Voorspelt handvoorkeur hersenorganisatie?

Er wordt weleens beweerd dat linkshandigen een volledig gespiegeld brein hebben in vergelijking met rechtshandigen. Hoewel deze bewerking te sterk is, bestaat er wel een verband tussen handvoorkeur en de organisatie van het brein. Zo gebruikt ongeveer 1 op 5 van de linkshandigen hun rechterhersenhelft om taal te verwerken. Bij rechtshandigen komt dat bij minder dan 5 op 100 personen voor! Wil je te weten komen welke hersenhelft bij jou in staat voor taalverwerking? Bezoek onze demonstratie en je komt het te weten. Vakgroep Experimentele Psychologie, FPPW, Universiteit Gent.
– www.ugent.be/pp/experimentele-psychologie/en

Hersenletselpraktijk

De Hersenletselpraktijk is een ambulant, interdisciplinair team gespecialiseerd in de neurologische revalidatie. Als ambulante groepspraktijk willen we een continuüm voorzien in de zorg van personen met een hersenaandoening en hun naaste omgeving. We willen gespecialiseerde zorg bieden, die omwille van het ambulante karakter steeds vertrekt vanuit de thuissituatie en de reële leefwereld van onze patienten. Binnen deze context organiseren we naast individuele begeleiding eveneens groepsactiviteiten, waaronder Adventure Therapy (AT). “Adventure therapy is a holistic process, one that involves experience, perception, cognition and behaviour and a process that aims to encompass emotion, imagination, physical well-being and intellect.” (Martin, Franc & Zounkova, 2004).
– www.hersenletselpraktijk.be

To Walk Again

In 2003 startte Marc Herremans het To Walk Again-verhaal dat ondertussen uitgroeide tot een organisatie met een uniek hoogtechnologisch therapie-aanbod en een uitgebreid sport- en beweegaanbod op maat. To Walk Again, een verhaal van vallen, … en weer opstaan. Een verhaal van gewone mensen die ongewone dingen doen, maar ook van ongewone mensen die gewone dingen doen.
– www.towalkagain.be

Beweeg achter je bureau!

Ergo-Advice is een speciaalzaak voor ergonomische producten en ergonomisch advies met nadruk op ERGO-DYNAMISCH werken: Ergonomisch én Dynamisch. Gedurende de afgelopen jaren werd een zeer ruim assortiment dynamische kantoormeubelen vakkundig opgebouwd: van dynamische zitoplossingen, zit-sta verstelbare bureaus, balance-boards tot Deskbikes en Walkdesks.
– www.ergo-advice.be

Runners’ Lab Since 1980

Grootste loopspeciaalzaak van Europa.
Benieuwd naar de drukverdeling bij impact en het afrolpatroon van jouw voeten?
Persoonlijk en wetenschappelijk schoenadvies d.m.v. Footscan® technologie.
Team Runners’ Lab is een zorgvuldig samengestelde mix van bewegingsanalisten.
Het team van ervaringsdeskundigen met achtergrond in podologie en kinesitherapie heeft meer dan genoeg biomechanische kennis in huis om jou op maat te adviseren. Doel is om sporters blessurevrij te laten genieten van hun sport.
– www.runnerslab.be

Bewegen met de ziekte van Parkinson

Omschrijving: De ziekte van Parkinson wordt veroorzaakt door een tekort aan de neurotransmitter dopamine in de hersenen. Als gevolg van dit tekort wordt het bewegen voor patiënten moeizamer. Binnen de Onderzoeksgroep Neuromotorische Revalidatie (Departement Revalidatiewetenschappen, KU Leuven), wordt onder andere onderzoek gedaan naar de effecten van bewegen op de ziekte van Parkinson. In het onderzoek staan de rol van revalidatie, motorisch leren en neuroplasticiteit binnen deze patiëntengroep centraal. Meer informatie over de verschillende projecten vindt u op onze website:
– www.gbiomed.kuleuven.be/english/research/50000743/nrrg1/nr.htm.

Parkinson Liga

De Vlaamse Parkinson Liga is een patiëntenvereniging voor en door parkinsonpatiënten en partners. VPL wil informeren over de ziekte van Parkinson en de rechten en hulpmiddelen voor de patiënt, via website, magazine en diverse activiteiten;
VPL doet aan lotgenotenzorg, vertrekkend vanuit de eigen ervaring
VPL is partner in de uitbouw van multidisciplinaire zorg, noodzakelijk bij het nastreven van een betere levenskwaliteit;
VPL tracht de stem voor onze patiënten t.o.v. de overheid te zijn;
VPL ondersteunt wetenschappelijk onderzoek rond Parkinson.
– www.parkinsonliga.be

Fit in 20 minuten per week

Doorgaans wordt fitness gezien als iets waar we ons toch op zijn minst een paar uur per week voor in het zweet moeten werken. fit20 laat zien dat dit ook anders kan. Bij fit20 train je namelijk maar 20 minuten per week in een gekoelde ruimte in je dagelijkse kleding en omkleden of douchen is dus niet nodig. In alle rust train je met focus met meetbaar resultaat. Altijd met volle aandacht van jouw Personal Trainer, zodat jij elke week een topprestatie levert. fit20 is een training op maat en dus voor iedereen. Meer dan 10.000 klanten gingen je voor, ervaar het nu zelf! www.fit20.be fit20 train je namelijk maar 20 minuten per week in een gekoelde ruimte in je dagelijkse kleding en omkleden of douchen is dus niet nodig. In alle rust train je met focus met meetbaar resultaat. Altijd met volle aandacht van jouw Personal Trainer, zodat jij elke week een topprestatie levert. fit20 is een training op maat en dus voor iedereen. Meer dan 10.000 klanten gingen je voor, ervaar het nu zelf!
– www.fit20.be

GO2SPORT

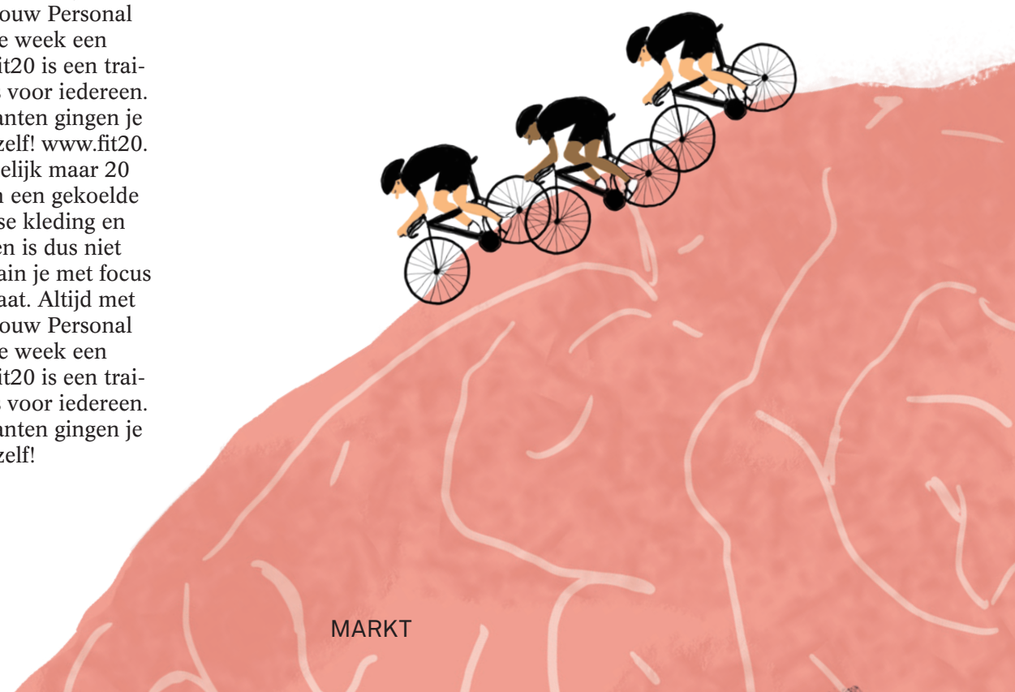
GO2SPORT is een VZW (in opmaak) die sportieve bewegingstrajecten wil aanbieden aan gerevalideerde ex-kankerpatiënten.
De focus ligt op de overstap van onco-revalidatie naar de sportclub. Dit met individuele en groepstrainingen waarbij deelname van een buddy geadviseerd wordt.
Jaarlijks kiezen de sporters een doel en daarnaast worden uitdagende specifieke projecten georganiseerd.
– www.GO2SPORT.be

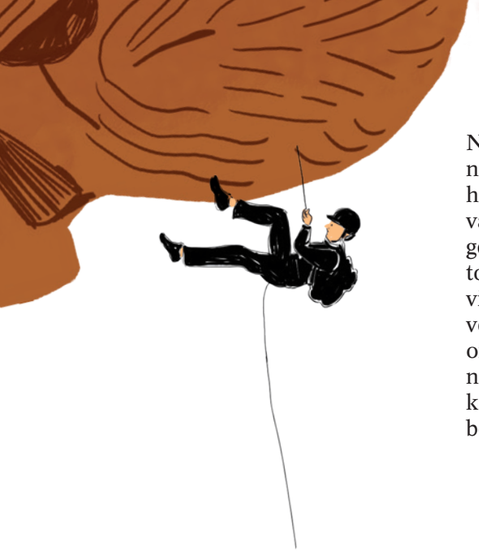
Gezondheid en wetenschap

Marleen Finoulst, Patrik Vankrunkelsven, Marieke Vanneste. In opdracht van de Vlaamse Gemeenschap ontwikkelde het Centrum voor Evidence-Based Medicine (Cebam) de onafhankelijke website ‘Gezondheid en Wetenschap’. De initiatiefnemers menen dat er nood is aan een betrouwbare en toegankelijke informatiebron over gezondheid, gebaseerd op degelijk wetenschappelijk onderzoek of Evidence-Based Medicine (EBM).

GIfMI

Het GIfMI is een onderzoeksinstituut van de Universiteit Gent dat werd opgericht in 2005 rond een interdisciplinaire samenwerking van de afdelingen neuroradiologie (Prof. Rik Achten, directeur), neurologie (Prof. Paul Boon), experimentele psychologie (Prof. Wim Fias) en neuropsychologie (Prof. Guy Vingerhoets). Het GIfMI baat een 3 tesla MRI scanner uit waar vooral functioneel onderzoek van de hersenen mee wordt uitgevoerd. Er is onderzoek naar het normale functioneren van de hersenen met projecten rond cognitieve controle, gereedschapsgebruik, associatief leren, hemispherische specialisatie en interactie, neurale aanpassing, numerische cognitie, sociale cognitie, neuroeconomie, etc. Tevens wordt fMRI uitgevoerd in de studie van verschillende hersenaandoeningen zoals ondermeer migraine, hersentumoren, herseninfarct en taal, epilepsie, dementie, ADHD, autisme, … Naast functioneel hersenonderzoek zijn er verschillende projecten die structurele, fysiologische en metabole aspecten van de hersenen bestuderen.





Instituut voor Neurowetenschappen

Het Instituut voor Neurowetenschappen is in 2010 opgericht. Het bundelt de krachten op gebied van Neurowetenschappen aan de Universiteit Gent en het Universitair Ziekenhuis Gent. Het Instituut voor Neurowetenschappen beschikt over de meest geavanceerde technieken voor het registreren en moduleren van hersenactiviteit. Uniek is dat fundamenteel en klinisch-gericht onderzoek op mekaar afgestemd worden. De krachtlijnen van het onderzoek zijn gedragscontrole en behandelingsgerichte neuromodulatie.
Onder gedragscontrole verstaan we de capaciteit om ons gedrag, via ons denken en ons voelen, zo te reguleren dat het afgestemd is op onze eigen noden en op wat de omgeving van ons verwacht. Zo is het bijvoorbeeld vaak beter om niet in te gaan op de verleidingen van het moment om later een beter doel te kunnen realiseren.

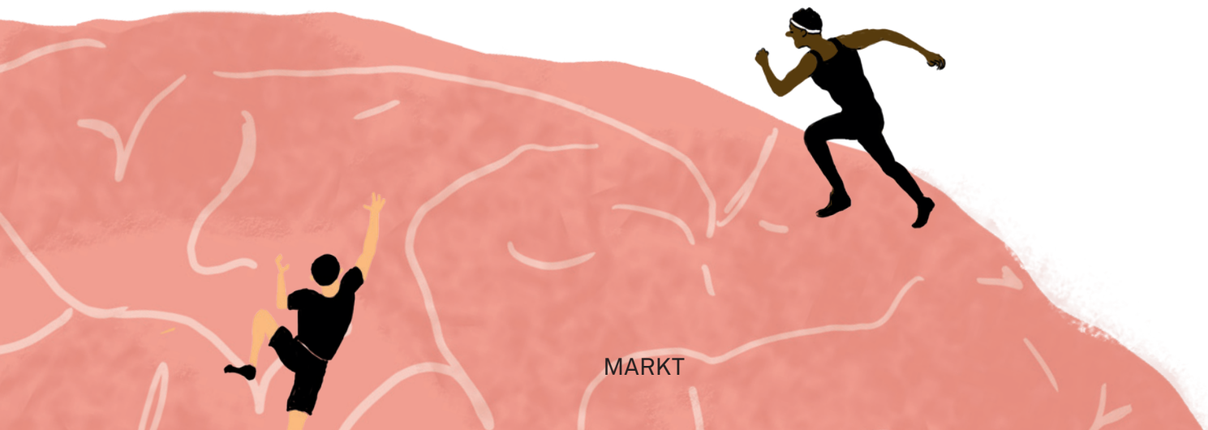
Neuromodulatie is de verzamelnaam voor technieken die in de hersenen functionele netwerken van neuronen die ziek zijn weer gezond maken. Dit kan door het toedienen van elektrische prikkels via pacemakerbehandelingen zoals voor de behandeling van epilepsie of via het toedienen van medicijnen om zo de verstoorde netwerken bij patiënten met ADHD te beïnvloeden.

Studio Brein

Studio Brein brengt het laatste nieuws over hersenonderzoek door een mobiele redactie van reporters verbonden aan universitaire en andere onderzoeksinstellingen. Studio Brein is een initiatief van Breinwijzer vzw.
– www.breinwijzer.be/studio-brein

Breinwijzer vzw

Breinwijzer vzw informeert en sensibiliseert over hersenziekten en hersenwetenschappen door experten en het ruime publiek samen te brengen, om zo samen te zoeken naar en richting te geven aan een maatschappelijk verantwoorde evolutie en impact van de neurowetenschappen (neuro-ethiek).
Breinwijzer is een onafhankelijke pluralistische organisatie die ijvert voor een open en participatieve dialoog op voet van gelijkwaardigheid tussen het ruime publiek, beleidsmakers en betrokken experts.
– www.breinwijzer.be



BIO'S

ALYT OPPEWAL

Alyt Oppewal is bewegingswetenschapper bij de Leerstoel Geneeskunde voor Verstandelijk Gehandicapten aan het Erasmus Medisch Centrum in Rotterdam. Sinds 2008 loopt hier de succesvolle grootschalige cohort studie Gezond van OUDer met een verstandelijke beperking (GOUD), waarin Alyt medeverantwoordelijk is voor de onderzoekslijn lichamelijke activiteit en fitheid. Binnen deze onderzoekslijn is een veelgebruikte fitheidstest ontwikkeld voor mensen met een verstandelijke beperking, de VB-fitscan. Alyt heeft een specifieke interesse in de relatie tussen bewegen en het brein. Haar wetenschappelijke werkzaamheden wisselt ze graag af met sportieve activiteiten zoals volleybal, fitness, en hardlopen.
– http://nl.linkedin.com/in/alytoppewa
– https://twitter.com/AlytOppewal

CEDRIC ARIJS EN JUSTINE LOOSVELDT

Cedric Arijs en Justine Loosveldt behaalden een master in de Klinische Psychologie aan de Universiteit Gent en verdiepten zich vervolgens in het buitenland in de sport- en bewegingspsychologie met een European Master in Sport & Exercise Psychology. Zij werken samen in de praktijk Psy4Sport (Gent). Daarnaast is Cedric actief in het multidisciplinair sportcentrum Mensana (Damme) en als docent voor de Vlaamse Trainersschool. Justine werkt verder samen met de multidisciplinaire praktijk sUP!port (Gistel) en is lector aan de Thomas More hogeschool. Als sportpsychologen helpen zij atleten van alle niveaus betere resultaten te halen door middel van mentale training en persoonlijke groei. Als bewegingspsychologen zetten zij in op de mentale kant van een gezond leven om mensen in beweging te helpen en te houden.
– www.psy4sport.be

CHRISTOPHE LAFOSSE

Christophe Lafosse is Doctor in de Psychologie (KULeuven) met specialisatie in de Klinische Neuropsychologie. Hij is als Directeur Strategie en Wetenschappelijk Beleid en als klinisch neuropsycholoog verbonden aan het Revalidatieziekenhuis RevArte te Edegem (www.revarte.be). Als Gastprofessor is hij verbonden aan de Katholieke Universiteit Leuven (Faculteit Psychologie en Pedagogie), aan de Vrije Universiteit Brussel (Faculteit Kinesitherapie en Revalidatiewetenschappen) en aan de Thomas More Hogeschool. Aan deze onderwijsinstellingen zijn er les- en onderzoeksopdrachten in het domein van de Klinische Neuropsychologie, Gedragsneurowetenschappen en Revalidatiepsychologie. Hij is medeoprichter en bestuurslid van de Belgian Society for Neurorehabilitation (BSNR), de interuniversitaire Postacademische Opleiding Klinische Neuropsychologie en voorzitter van de Vlaamse Vereniging voor Neuropsychologie (VVNP). Hij zit ook in de Raad van bestuur van de Belgische Vereniging voor Geriatrie en Gerontopsychologie en in de Raad van Bestuur van Breinwijzer vzw.

ERIC KERCKHOFS

Eric Kerckhofs is gewoon hoogleraar in de Neurologische Revalidatie en de Revalidatiepsychologie aan de Vrije Universiteit Brussel. Hij schreef samen met prof. C. Lafosse het boek Revalidatiepsychologie. Hij is codirecteur van het Center for Neurosciences aan de VUB voor de zuil Cognition & Behavior en coördinator van de onderzoeksgroep Rehabilitation Research-Neuro.

FREJA GHEYSEN

Freja Gheysen studeerde Revalidatiewetenschappen en Kinesitherapie aan de Universiteit Gent en doctoreerde vervolgens in de Experimentele Psychologie. Tijdens een postdoctoraal onderzoek in de Motor learning/Neuroimaging Unit aan de Universiteit van Montreal werkte ze aan project omtrent de invloed van fysieke activiteit op het cognitief functioneren en het brein bij ouderen en Parkinson patiënten. Ze raakte gepassioneerd door dit thema en zet dit onderzoek verder binnen de vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen aan de Ugent. Een speciaal aandachtspunt hierbij is hoe ouderen kunnen aangezet worden tot een (fysiek en cognitief) actieve levensstijl.

JON STRUBBE

Jon Strubbe werkt als prestatiepsycholoog bij TICkA met atleten en ondernemers in het optimaliseren van hun prestaties. Zijn passie voor (top)sport en het realiseren van het potentieel van elke mens zorgen ervoor dat hij samen met het TICkA-team streeft om een meerwaarde te creëren voor atleten, coaches, hun teams en hun organisaties zodat ze succesvol kunnen zijn in het behalen van tastbare en zichtbare resultaten. Over een hele brede waaier van sporten (voetbal, atletiek, wielrennen, hockey etc.) werken zij aan de ontplooiing en groei van ieders talent in verschillende culturen.
– www.ticka.be

KATHARINA D'HERDE

Katharina D'Herde is hoofd van de Afdeling Anatomie & Embryologie, voorzitter van de Vakgroep Medische Basiswetenschappen en academisch secretaris van de faculteit Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen aan de Universiteit Gent. Naast haar onderwijsopdracht aan 4 verschillende opleidingen, is ze auteur van een 90 tal publicaties in internationale tijdschriften en auteur van 5 boekhoofdstukken. Haar belangrijkste onderzoekstopic betreft regulatie van geprogrammeerde celdood.

KRIS GOOS EN SARA KENIS

Kris Goos is manager van het REVAlution Center – To Walk Again en Sara Kenis is er kinesitherapeute. To Walk Again, de stichting van Marc Herremans die zich inzet om de levenskwaliteit van mensen met een fysieke beperking te verbeteren, opende haar eerste REVAlution Center op de 6de verdieping van het Algemeen Ziekenhuis Herentals. 'Klassieke revalidatie focust op het compenseren van verloren functionaliteiten. We zijn ervan overtuigd dat er met onze aanpak echt herstel mogelijk is', zegt Kristel Gevaert, algemeen directeur van To Walk Again.
– www.towalkagain.be/nl

LIANNE SANDERS

Lianne Sanders doet bij de afdeling Bewegingswetenschappen van de Rijksuniversiteit Groningen promotieonderzoek naar de effecten van beweging op de hersenfuncties van ouderen met een dementie. Dit onderzoek is een onderdeel van het Deltaplan Dementie (ZonMW: Memorabel), een landelijk project over de zorg bij dementie. Lianne combineert haar achtergrond als neuropsychologe met bewegingswetenschappelijke inzichten, om samen met haar collega's bewegingsgerichte zorg voor ouderen te onderbouwen en te stimuleren.

LIESELOT DECROIX

Lieselot Decroix doctoreert aan de onderzoeksgroep Menselijke Fysiologie aan de Vrije Universiteit Brussel. Met haar onderzoek focust ze zich op het effect van cacaoflavanolen op fysieke en cognitieve prestatie.
– www.blits.org

MICHAEL PORTZKY

Michael Portzky is klinisch psycholoog, neuropsycholoog en gezondheidszorgpsycholoog. Hij is de auteur van niet enkel alle Nederlandstalige gevalideerde meetschalen om mentale veerkracht te meten bij zowel volwassenen als sinds kort nu ook kinderen, hij is tevens auteur van de bestseller Veerkracht: na amper 1.5 jaar nu reeds aan zijn 4e druk toe. Veel mensen kennen hem ook van de verduidelijkende filmpjes op YouTube waarin hij de schade aan de hersencellen door stress op een verstaanbare manier uitlegt.

MIREILLE AUGUSTIJN

Mireille Augustijn studeerde LO en Bewegingswetenschappen aan de Universiteit Gent. Momenteel is zij doctoraatsstudente aan de vakgroep van Sport- en Bewegingswetenschappen (Universiteit Gent). Hier werkt zij in het labo voor motorische controle en motorisch leren van Prof. Matthieu Lenoir en Prof. Frederik Deconinck. Haar onderzoek bestudeert de relatie tussen bewegen en de hersenen bij kinderen met obesitas.

PATRICK SANTENS

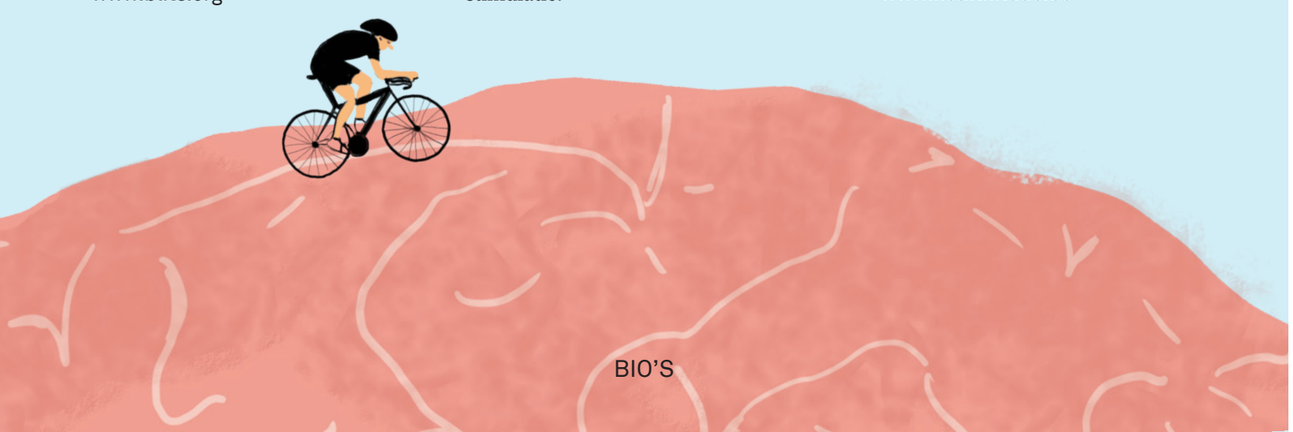
Patrick Santens is neuroloog, verbonden aan de dienst neurologie van het UZ Gent, en hoogleraar aan de faculteit Geneeskunde en Sociale Gezondheidswetenschappen van de UGent. Zijn klinische activiteit concentreert zich rond de diagnostiek en de behandeling van bewegingsstoornissen. Dat is ook meteen ook het belangrijkste domein van zijn onderzoek, waarbinnen hij bijzondere interesse heeft voor neurolinguistische aspecten van deze aandoeningen en voor de mogelijkheden van neurostimulatie.

PETER ROEMERS

Peter Roemers studeerde gedrag- en neurowetenschappen aan de Universiteit van Groningen. Op dit moment onderzoekt hij de effecten van verschillende vormen van beweging op cognitieve veroudering en de ziekte van Alzheimer's vanuit de afdeling moleculaire neurobiologie onder Prof. Dr. Eddy van der Zee. Dit onderzoek vind plaats binnen een samenwerkingsverband binnen Deltaplan Dementie (ZonMW: Memorabel) waarin een brug wordt geslagen tussen proefdieronderzoek en klinisch onderzoek.

SERVAAS BINGÉ

Servaas Bingé is topsportarts bij de wielerploeg Lotto-Soudal. Daarnaast is hij inspirator van een groepspraktijk in de rand rond Gent. Recent verscheen zijn boek 'Nooit Meer Naar De Dokter', waarin hij de lezer meeneemt op een reis naar een optimale gezondheid. Dit doet hij door een kader te scheppen dat de mensen helpt om door de bomen het bos te zien en het belang van preventie in het licht stelt.
– www.healthitude.be



PRAKTISCH

VRIJE BIJDRAGE

Geen reservaties mogelijk
Geen voorkennis vereist
Het programma start om 13u30
De deuren zijn open tussen 13u00-18u10
Het programma stelt u zelf samen

BEREIKBAARHEID

Adres:
Zebrastraat 32
9000 Gent
www.zebrastraat.be

Met het openbaar vervoer

De Zebrastraat is vlot bereikbaar met de bus vanaf het station Gent Sint-Pieters en het station Gent Dampoort. De verschillende bussen stoppen aan de bushalte in de Leeuwstraat. Bij aankomst aan de bushalte loop je richting de rotonde. Op de rotonde neem je de afslag Zebrastraat. NV Zebrastraat bevindt zich aan uw rechterkant.

Van het station Gent-Sint-Pieters tot in de Zebrastraat (± elk kwartier)

Bus 55: Gent-St.-Pietersstation Perron 15 / Bus naar Gent – Zelzate Busstation / Halte Gent Leeuwstraat (6 haltes)
Bus 58: Gent-St.-Pietersstation Perron 16 / Bus naar Gent – Eeklo – Brugge Station / Halte Gent Leeuwstraat (6 haltes)
Bus 78: Gent-St.-Pietersstation Perron 22 / Bus naar Zevergem – De Pinte – Gent – Lochristi – Lokeren / Halte Gent Leeuwstraat (6 haltes)

Van het station Gent-Dampoort tot in de Zebrastraat (± elke 10 minuten)

Bus 71: Gent Dampoort – Perron 3 / Bus naar Oostakker – Gent – Nazareth Dorp / Halte Gent Leeuwstraat (7 haltes)
Bus 72: Gent Dampoort – Perron 3 / Bus naar Oostakker – Gent – Merelbeke Molenhoek / Halte Gent Leeuwstraat (7 haltes)
Bus 76: Gent Dampoort – Perron 5 / Bus naar Wachtebeke – Lochristi – Gent – De Pinte / Halte Gent Leeuwstraat (7 haltes)
Bus 77: Gent Dampoort – Perron 5 / Bus naar Beervelde – Lochristi – Gent – Deinze Kerkhof / Halte Gent Leeuwstraat (7 haltes)
Bus 78: Gent Dampoort – Perron 5 / Bus naar Lokeren – Lochristi – Gent – De Pinte – Zevergem / Halte Gent Leeuwstraat (7 haltes)

Met de auto

Van de autosnelweg tot aan de parking New Zebra

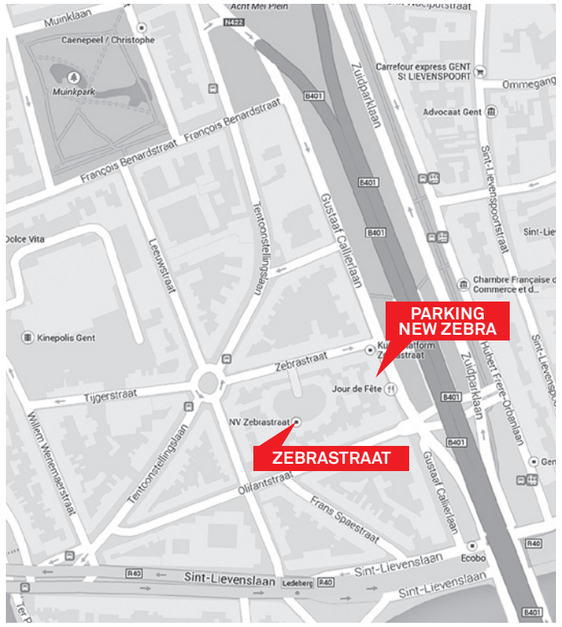
Vanop de E17: volg de borden "Gent Centrum" zodat u via een lang viaduct Gent binnenrijdt. Vlak voor de eerste verkeerslichten links afslaan en links aanhouden om een grote bocht rond het Achtmeiplein (WOII-monument) te maken. Volg nu het bord "andere richtingen" en let op dat u niet opnieuw het viaduct oprijdt. De derde straat rechts is de Zebrastraat, 50m verder aan de rechterkant hebt U de ingang van de parking New Zebra met aanduiding van het aantal vrije plaatsen.

Van de autosnelweg tot in de Zebrastraat zelf

Vanop de E17: volg de borden "Gent Centrum" zodat u via een lang viaduct Gent binnenrijdt. Vlak voor de eerste verkeerslichten links afslaan en links aanhouden om een grote bocht rond het Achtmeiplein (WOII-monument) te maken. Volg nu het bord "andere richtingen" en let op dat u niet opnieuw het viaduct oprijdt. Neem de eerste straat rechts (François Bernardstraat) en sla dan meteen weer links af (Tentoonstellingslaan). Op het rondpunt neemt u de vijfde afslag; dit is de Zebrastraat.

Parking Zebrastraat – New Zebra

Zebrastraat-New Zebra beschikt over 98 ondergrondse parkeerplaatsen die te bereiken zijn via de Gustaaf Callierlaan. Iedereen is welkom aan het eenvoudige tarief van €1 per uur, dag en nacht, elke dag van de week. Betalen kan cash of met visa.



ORGANISATIE

Het **I-Brain festival** is een organisatie en initiatief van Breinwijzer vzw. I-Brain komt tot stand door een samenwerking met verschillende universiteiten en partnerorganisaties. Het festival wordt ondersteund door het Departement Economie, Wetenschap en Innovatie van de Vlaamse Overheid. Breinwijzer vzw neemt met het I-Brain festival deel aan de Dag van de Wetenschap.

BREINWIJZER vzw

Breinwijzer vzw brengt actoren uit zowel de neurowetenschappen, de zorgsector als het ruime publiek samen, om zo samen te zoeken naar en richting te geven aan een maatschappelijk verantwoorde evolutie en impact van de neuro-wetenschappen (neuro-ethiek).

Breinwijzer is een onafhankelijke pluralistische organisatie die ijvert voor een open en participatieve dialoog op voet van gelijkwaardigheid tussen het ruime publiek, beleidsmakers en betrokken experts.

CONTACT

- **Prof. Rik Achten**
  Woordvoerder
  rik.achten@ugent.be
- **Eva De Vlieger**
  Coördinator I-Brain & Breinwijzer
  0496 29 71 07
  info@breinwijzer.be
  www.breinwijzer.be

SPONSORS EN PARTNERS

WWW.BREINWIJZER.BE