



EUROPEAN TRANSPLANT GAMES

DE ESTAFETTE

HÉT ETG CONGRES - NASLAGWERK AGENDA

Samen geven we het stokje door. Van keten naar keten. Van inzicht naar actie. Tot we samen de eindstreep halen.

DONDERDAG 25 JUNI 2026

Celebrate Life



"Sport liet mij weer meedoen in het leven, ondanks vijf auto-immuunziektes. En sport gaat natuurlijk over winnen. Maar misschien betekent winnen wel: blijven opstaan, blijven meedoen, blijven ontdekken wie je bent".

— ANNE FLEUR SLAGT [KEYNOTE, ERVARINGSDESKUNDIGE]

Dankzij een transplantatie en door te sporten en bewegen doe je weer mee. In je sociale leven. Op het werk. In de sport. In het leven. De deelnemers aan de ETG2026 laten zien wat er mogelijk is voor iedereen met een chronische aandoening. Dat het niet alleen gaat om weer in beweging komen, maar om naar hun mogelijkheden te leven. En hoe zorg en sport elkaar perfect kunnen aanvullen op het moment dat dit er het meest toe doet.

De bijna 1000 deelnemers aan de European Transplant Games 2026 en het platform laten ieder op hun manier zien wat mogelijk is als patiënten, naasten, zorgprofessionals, vrijwilligers, onderzoekers en sport- en beweegorganisaties samen optrekken. Dat is precies waar De Estafette - Hét ETG Congres over gaat: samen het verschil maken in het leven van mensen. Dankzij en naast de European Transplant Games willen we sporten en bewegen voor iedereen met een transplantatie of tijdens dialyse, nu en in de toekomst, toegankelijker en vanzelfsprekender maken. En onder het motto 'als zij het kunnen, kan jij het ook' hopen we mensen met een andere chronische aandoening te inspireren om ook weer in beweging te komen en mee te doen.

Op donderdag 25 juni 2026 maakten verschillende partijen samen 'De Estafette – Hét ETG Congres' mogelijk: ETG2026, provincie Gelderland, NOC*NSF, Beweegalliantie, Radboudumc, Rijnstate Ziekenhuis, Nederlandse Transplantatie Vereniging, Nederland Onderneemt Maatschappelijk en Health Holland. Met medewerking van Kenniscentrum Sport & Bewegen.

Het thema van het Congres liet direct zien waartoe samenwerking leidt: 'Samen geven we het stokje door. Van keten naar keten. Van inzicht naar actie. Tot we samen de eindstreep halen'. Tijdens deze dag werd een basis gelegd voor verdere samenwerking: van de derdelijnszorg tot de sport- en beweegsector.

Mede mogelijk gemaakt door:



Met medewerking van:



OVER DE ETG EN HAAR LEGACY

De European Transplant Games 2026 (ETG2026) is een sportief evenement voor getransplanteerde en dialyse atleten in Arnhem van 21 t/m 27 juni 2026. Naast het sportieve evenement met 1.000 deelnemers uit 25 Europese landen, werd een inhoudelijk congres georganiseerd op het snijvlak van sport en zorg. In Nederland werken de sport- en zorgsector al samen om mensen met een chronische aandoening meer te laten sporten en bewegen, maar er zijn nog praktische obstakels.

Met 'De Estafette – Hèt ETG Congres' toonde het bestuur hier, samen met (maatschappelijke) partners, het belang van de hele keten en werd een impuls gegeven om drempels in de keten te agenderen. Het eenmalige platform van de ETG fungeerde als katalysator voor samenwerking tussen sport, zorg, bedrijfsleven, wetenschap en beleid tegen het decor van een sportevenement.

Voor meer informatie over de ETG ga je naar de [website van de ETG2026](#).





"Deelnemen is niet belangrijker dan winnen. Voor een aantal mensen is deelnemen zoveel meer. Het gaat erom dat je er weer bij hoort"

"Voor iemand die nu 500 stappen zet, is de stap naar 3.000 passen een gezondheidswinst die vele malen hoger is dan de stap van 8.000 naar 10.000. Daar moeten we aan de voorkant op durven inzetten."

— TOM VAN 'T HEK [KEYNOTE, NL SPORTRAAD]

HOOFDPROGRAMMA

Samen geven we het stokje door. Van keten naar keten. Van inzicht naar actie. Tot we samen de eindstreep halen.

Maar stel je eens voor dat dit stokje dat je doorgeeft een mensenleven is. Iemand van vlees en bloed die in de nabije toekomst een transplantatie moet ondergaan, die een transplantatie operatie ondergaat of herstellende is van een transplantatie. En daar worden we aan herinnerd wanneer we alle deelnemers aan de ETG2026 zien sporten.

Dat is waarom in Hotel Papendal in Arnhem 200 bestuurders uit de zorg-, gezondheids-, zorgverzekerings-, sport- en beweegsector, het bedrijfsleven en transplantatiezorgverleners met elkaar de vraag willen beantwoorden hoe zij het estafettestokje in de beweegreis van een patiënt van de derdelijnszorg naar de sport- en beweegsector beter kunnen doorgeven.

Mensen willen meedoen, ook met een chronische aandoening of beperking. Daarom verdienen kwaliteit van leven, mentale veerkracht en sociale ondersteuning een centrale plek. De sport- en beweegsector kan hierin een veel grotere rol spelen, met haar fijnmazige en diepe verankering in de samenleving en het grote sociale netwerk. (Vrijwilligers)werk is voor veel mensen een belangrijke vorm van participatie en zingeving na transplantatie. Betere samenwerking van de zorgsector, sportsector en werkgevers draagt bij aan het herstel, de re-integratie en het welzijn van mensen met een chronische aandoening, ook zelfs al zonder actieve beweging. Dit leidt tot minder verzuim, hogere betrokkenheid, gezondere organisaties en de inzet van verborgen arbeidspotentieel in tijden van een krappe arbeidsmarkt.

Sport en bewegen hebben niet alleen impact op het individu en ervaren ziektelast, maar ook op bredere maatschappelijke vraagstukken en beleidsterreinen,

waaronder verlaging van zorgkosten, arbeidsparticipatie en economische vitaliteit. De beschikbare budgetten van sport en bewegen als interventie zijn, in vergelijking met de zorg, aan de lage kant. Met de deelnemers van de ETG als inspirerend voorbeeld hebben we gekeken wat er al goed werkt, wat beter kan en wat structureel anders moet. Dit alles binnen de reis van zorg naar sport en bewegen, én naar duurzame deelname aan (vrijwilligers)werk.

In Nederland is de samenwerking tussen zorg, gezondheid en sport al sterk. Toch hapert de keten, waardoor de overgang van zorg naar bewegen, en daarmee ook naar werk en participatie, niet altijd soepel verloopt. Want hoewel je op een gegeven moment met een estafettestokje in je handen staat, weten lang niet alle schakels in de beweegreis van getransplanteerde aan wie zij het moeten doorgeven. Daarnaast zijn de effecten niet altijd direct zichtbaar en komen de baten niet altijd bij de oorspronkelijke partner in de keten terecht. Tijdens dit programma is gekeken waar het ecosysteem soms hapert en het doorgeven van het estafettestokje hapert. Maar vooral ook wat wij zelf kunnen doen om het ecosysteem beter te laten functioneren omdat dit uiteindelijk in ons aller belang is. We hebben gekeken wat al goed werkt, wat beter kan en wat structureel anders moet. Dit alles binnen de reis van zorg naar sport en bewegen, én naar duurzame deelname aan (vrijwilligers)werk.

DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Bedenk wat jij en jouw organisatie anders kunnen doen om het ecosysteem van zorg naar gezondheid (met sport en bewegen) beter te laten functioneren door open te staan en actief branche overstijgend te kijken.
2. Beoordeel nieuw beleid, initiatieven en voorstellen of deze bijdragen aan gezondheid en het doorgeleiden naar of includeren van mensen met een chronische aandoening binnen regulier sport- en beweegaanbod.
3. Begin morgen met jouw eerste stap uit de agenda van de Estafette op pagina 7.

Judith van den Berg van het ministerie van VWS ontving tenslotte de agenda De Estafette uit handen van Stephanie Veenstra en Amaysa Nanhoe die allebei een orgaan van hun ouder hebben mogen ontvangen.

"Zolang wij in Nederland alles in schotjes en legertjes en dingetjes blijven parkeren, dan komen we er niet doorheen."

Peter van Mourik (deelnemer ETG)



"De oplossing is niet om nog meer dingen in de zorg te doen, we moeten echt in de breedte van de maatschappij die taken oppakken."

Bertine Lahuis (voorzitter Raad van Bestuur, Radboudumc)



Sprekers:

- Anne Fleur Slagt (ervaringsdeskundige)
- Tjenta van Pelt (wethouder Arnhem)
- Maarten van Seggelen (teammanager sport en leefbaarheid, provincie Gelderland)
- Dorottya de Vries (secretaris Nederlandse Transplantatie Vereniging)
- Tom van 't Hek (voorzitter Nederlandse Sportraad)
- Carlijn Mol (manager Public & International Affairs NOC*NSF)
- Hans Schirmbeck (voorzitter Samenwerkende Gezondheidsfondsen)
- Jojanneke Goedings (hoofd mensen & duurzaamheid Coöperatie VGZ)
- Hans Schoo (bestuurder Rijnstate Ziekenhuis)
- Bertine Lahuis (voorzitter Raad van Bestuur Radboudumc)
- Jacco Vonhof (voorzitter MKB-Nederland)
- Stephanie Veenstra (nier getransplanteerd)
- Amaysa Nanhoe (lever getransplanteerd)
- Judith van den Berg (ministerie van VWS)

Voor meer informatie over dit hoofdprogramma mail: [Ester Helthuis](mailto:Ester.Helthuis@bestuur.ETG2026.nl) (bestuur ETG2026)



In gesprek met Bertine Lahuis, Hans Schirmbeck, Jojanneke Goedings, Joost Hoebink (dagvoorzitter), Hans Schoo, Jacco Vonhof en Carlijn Mol.

PAK HET STOKJE AAN EN BRENG DEZE VERDER!

In de praktijk zien we dat de ingrediënten en de goede voorbeelden er allemaal zijn. Toch worden de schotten tussen de verschillende begrotingen in Den Haag vaak hoger, waardoor initiatieven vastlopen tussen het 'sportloket' en het 'zorgloket'. Om dit te doorbreken, vragen we u een stapje naar achteren te doen. Laten we de schotjes even voor wat ze zijn en simpelweg gezond verstand gebruiken: welke stappen hebben we te nemen vanuit de patiënt? Pak het stokje aan en breng deze agenda verder!

OPROEP AAN:

Portefeuillehouders 'zorg, sport, bewegen en volksgezondheid' binnen de overheidsketen (VWS, provinciaal en lokaal)

Toets alle beleidsvoorstellen op samenwerking met en binnen de domeinen zorg, sport, bewegen en volksgezondheid.

Bestuurders in de zorgketen

Maak gezond leven en sport en bewegen uitgangspunt van beleid in alle bestuurskamers.

Bestuurders in de sport- en beweegketen

Maak toegankelijk en inclusief sport- en beweegaanbod voor mensen met een chronische aandoening en beperking onderdeel van beleid in alle bestuurskamers.

Directies VWS

Betrek bij voorbereiding en evaluatie van beleid, regel- en wetgeving de effecten op andere beleidsdoelstellingen van VWS.

Versterk het fundament en de executiekracht van de sport- en beweegsector.

Onderzoekers RIVM en CPB

Weeg korte- en langetermijn-effecten van sport en bewegen op een passende manier mee in beleidskeuzes en doorrekeningen.

Wethouders gemeenten

Verbind leefstijlketen (ziekenhuizen), met beweegketen (gemeenten) en zorg- en wijkketen (eerste lijn).

Zet de buurtsportcoach of coördinator sport en preventie in als verbinder van zorginstellingen met de sport- en beweegsector en toeleider van mensen met een chronische aandoening naar bestaand regulier sport- en beweegaanbod dichtbij.

Richtlijnontwikkelaars

Neem perioperatief bewegen (voor, tijdens en na iedere opname en operatie), standaard op in iedere richtlijn. Maak van wachttijd, voorbereidingstijd en neem advies om te gaan bewegen, standaard op in iedere richtlijn voor mensen die op een wachtlijst voor een behandeling staan.

Zorgverzekeraars

Investeer structureel in preventie.

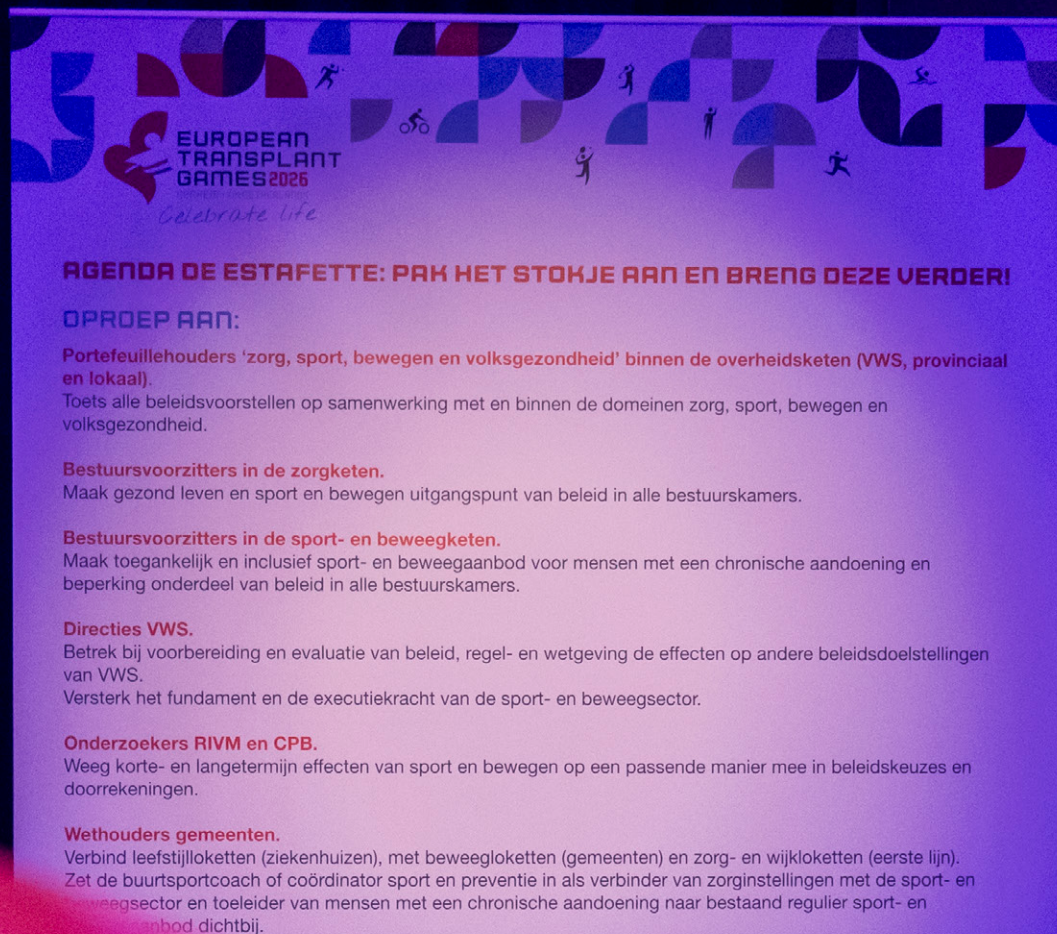
Voeg toeleiding naar en sporten en bewegen toe aan de vergoeding binnen de gecombineerde/ Gezonde Leefstijl Interventie.

NOC*NSF/sport- en beweegsector

Vergroot de kennis van professionals, vrijwilligers en instructeurs bij sportaanbieders om mensen met een chronische aandoening en beperking te begeleiden. Vul bewezen beweeginterventies aan met een module voor toeleiding naar en aanvullend en/of bestaand sport- en beweegaanbod dichtbij.

Onderzoekers: nieuwe onderzoekslijn: de Estafette

Zet in op onderzoek onder getransplanteerden in Nederland naar het effect van sporten en bewegen op de ervaren ziektelast en zorglast (gebruik van medicijnen en specialistische zorg).



Stephanie en Amaysa overhandigen Judith van den Berg de agenda.



PARALLELE PROGRAMMA'S

- Koers bepalen voor goede zorg én gezondheid
- Van zorg naar bewegen en sport - De Beweegreis van een patiënt
- Prehabilitatie in beweging: van lokaal initiatief naar een landelijke aanpak
- Sterke start na Transplantatie: van academische zorg naar zelfstandig en lokaal bewegen
- Inclusiviteit op de arbeidsmarkt

PARALLEL PROGRAMMA

HOERS BEPALEN VOOR GOEDE ZORG ÉN GEZONDHEID

Onze gezondheid wordt niet alleen bepaald door de zorg die we krijgen.

Het is ook door de manier waarop we leven, onze (sociale) omgeving en waar we wonen. De winst van bewegen in de zorg én daarbuiten in die sociale omgeving is groot. Dit potentieel kunnen we beter benutten, maar blijkt in de praktijk lastig door de complexiteit van onze systemen. Hierdoor ontstaan hiaten in de leefomgeving van een patiënt en inwoner. Een spagaat waar bestuurders, beleidsmakers en zorg- en beweegprofessionals dagelijks inzitten.

- Hoe verbinden we de systeemwereld beter met de leefwereld en benutten we het verbindende thema 'bewegen' om meer patiënten/inwoners duurzaam de winst van bewegen te laten ervaren in de zorg, tijdens de behandeling én daarbuiten?
- Welke rol kun jij pakken als bestuurder, beleidsmaker of professional die een brug wil slaan tussen systeem, beleid en praktijk?

Samenvattend: Hoe kun jij het verschil gaan maken?

Otwin van Dijk, voorzitter Raad van Bestuur van ziekenhuis Slingeland, nam ons mee in de verschillende beleidsterreinen van politiek, gemeenten en de zorg en deelde op inspirerende wijze zijn inzichten en ervaringen in zijn rol als beleidsmaker en bestuurder. Hanneke Molema en Carl Verheijen deelden concrete inzichten op dit vlak uit drie jaar Coalitie Leefstijl in de Zorg en de Beweegalliantie. Met scherpe vragen van medesprekers Bas van de Goor, Luuk Hilbrands, Ilse Saris en Loïse Jacz kwamen we in een interactieve sessie met deelnemers tot de volgende scherpe take-aways:

DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Zonder leiderschap kom je nergens, wees soms gewoon een beetje rebels. Heb een open houding en mindset en vooral: vraag door.
2. Creëer extra (financiële) ruimte voor de organisaties en initiatieven die lokaal 'doen' en zorgen voor verbinding tussen domeinen rond inwoners, die soms patiënt zijn. Dit is een opgave binnen meerdere domeinen, kijk en voel waar de energie zit.
3. Organiseer regionaal en voer lokaal uit. Zet de eerste stap.

Meer informatie:

www.coalitieleefstijlindezorg.nl / www.artsenleefstijl.nl
www.beweegalliantie.nl
www.kenniscentrumsportenbewegen.nl
www.achterhoekinbeweging.nl
www.gezondheidvooriedereen.nl
www.bvdgf.org

Voor meer informatie over dit programma mail:
[Nanda de Jong](mailto:Nanda.deJong@beweegalliantie.nl) (Beweegalliantie)

Bewegen is een multipil: meer bewegen draagt bij aan herstel bij fysieke- en mentale aandoeningen, beter omgaan met je ziekte, meer sociale verbinding en vaak ook nieuw perspectief. Een enorme kans waar nog veel winst te behalen is".

Tamara Aipassa (cardioloog Zuyderland ziekenhuis en ambassadeur Beweegalliantie)





Sprekers:

- Otwin van Dijk (voorzitter Raad van Bestuur van het Slingeland Ziekenhuis)
- Hanneke Molema (programmamanager Coalitie Leefstijl in de Zorg/strategisch adviseur TNO)
- Carl Verheijen (voorzitter Beweegalliantie, directeur Zwanenhof en Chef de Mission NOC*NSF)
- Luuk Hilbrands (internist, nefroloog)
- Bas van de Goor (directeur Bas van de Goor Foundation)
- Loïse Jacz (huisarts)
- Ilse Saris (voormalig kamerlid en ambassadeur Achterhoek in beweging)

"De zorgsector is slechts voor een klein deel (zo'n 11%) verantwoordelijk voor onze gezondheid; de rest wordt bepaald door onze leefstijl, DNA, woonsituatie en sociaal netwerk. De arts kan met zijn of haar 'witte jas' het beslissende zetje geven, maar om de patiënt daarna structureel in beweging te houden, heeft de zorg de sportsector, gemeenten en de overheid Kerhard nodig."

Bertine Lahuis (voorzitter Raad van Bestuur, Radboudumc)



Georganiseerd door:

 Slingeland Ziekenhuis

 Coalitie
Leefstijl in de Zorg

 Arts en Leefstijl
Voor de zorg van morgen

 Beweegalliantie

 kenniscentrum
sport & bewegen



Radboudumc

PARALLEL PROGRAMMA

VAN ZORG NAAR BEWEGEN EN SPORT - DE BEWEEGREIS VAN EEN PATIËNT

Lichamelijke activiteit en sport zijn essentieel voor de gezondheid, óók voor mensen met een kwetsbare gezondheid, voor, tijdens en na een medische behandeling. Toch worden sport en bewegen in de praktijk nog onvoldoende benut als onderdeel van herstel en een gezonde leefstijl. Veel (ex-)patiënten ervaren bovendien drempels om na een zorgtraject weer sportief actief te worden.

Tijdens deze sessie lieten we zien hoe hun beweegreis eruit kan zien: van zorg naar een passend en duurzaam sport- en beweegpatroon. Daarbij keken we verder dan alleen de fysieke effecten. Juist de unieke kracht van sport – plezier, sociale verbinding, zingeving en zelfvertrouwen – helpt mensen om bewegen vol te houden en er blijvend van te profiteren.

De sessie begon met het persoonlijke verhaal over de beweegreis van sporter Lisanne Brinkhof. Zij onderging een niertransplantatie op 13-jarige leeftijd en is nu deelnemer aan de ETG. De zwemster voelt zich als sporter ultiem vrij in het water, waar ze tijdens de European Transplant Games liefst vier medailles heeft gewonnen. De ene gouden medaille die ze won, was op het onderdeel waar ze door ziekte bijna niet aan meedeed. Juist dat was een enorme overwinning op zichzelf.

Prof. Dr. Hans Zwerver (UMCG, SportsValley Ziekenhuis Gelderse Vallei, Projectleder Beweegreiskompas), ging daarna in op de vraag waarom het stimuleren van sport en bewegen bij mensen met een kwetsbare gezondheid vaak wordt gezien als een complex maatschappelijk vraagstuk, een zogenoemd Wicked Problem. Vanuit dat perspectief verkenden we, vanuit het onderzoek van het Beweegreiskompas, hoe een beweegreis zo georganiseerd kan worden dat mensen na een ziekenhuisopname of zorgtraject weer de weg kunnen vinden naar sport en bewegen.

Anton Engels (onderzoeker bij de HZ- UAS Lectoraat De Gezonde Regio) vertelde hoe zij binnen de provincie Zeeland het concept van de beweegreis toepassen in de vorm van praktijkgericht onderzoek. En Robby van Laarhoven (manager Judo Bond Nederland) liet met inspirerende voorbeelden zien hoe de judosport mensen met een kwetsbare gezondheid het plezier van sport en de verbinding met een club laat ervaren. Lieke Vloet (programmamanager Inclusie en Gezondheid van NOC*NSF) eindigde met een handig overzicht van praktische instrumenten om een vloeiende beweegreis te organiseren.

Linda Bayoumi (Specialist Beweeggedrag bij Kenniscentrum Sport en Bewegen) vulde vanuit Kenniscentrum Sport & Bewegen aan hoe zorgprofessionals hun rol in de beweegreis goed kunnen invullen.

DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Het doorgeleiden van patiënten vanuit de zorg naar sport en bewegen levert veel op voor gezondheid, welzijn en kwaliteit van leven, vooral wanneer wordt gezocht naar een sport- en beweegpatroon dat aansluit bij persoonlijke interesses, mogelijkheden en wat plezier en/of voldoening geeft.
2. Een succesvolle verbinding tussen zorg en sport ontstaat wanneer iedere partij binnen een domeinoverstijgend netwerk zijn eigen afgebakende rol pakt. De zorgverlener signaleert, motiveert en verwijst door. De toeleider helpt bij het vinden van passend aanbod. En daarna zorgt de sport- en beweegaanbieder voor een warm welkom en een toegankelijk vervolg.
3. In heel Nederland zijn inspirerende voorbeelden beschikbaar die laten zien wat werkt. Daarnaast zijn er volop informatie, instrumenten en ondersteuning beschikbaar om de samenwerking tussen zorg en sport verder te versterken. Het Beweegreiskompas bundelt deze voorbeelden en concrete tips.



Meer informatie:

Beweegreiskompas - MOOI in Beweging
 Praktische tools voor beweegstimulering in de zorg – Allesoversport.nl
 Sport en zorg - NOCNSF www.kenniscentrumsportenbewegen.nl
www.allesovergezondheid.nl

Sprekers:

- Linda Bayoumi (specialist beweeggedrag thema zorg, Kenniscentrum Sport & Bewegen)
- Hans Zwerver (sportarts Sportvalley, Ziekenhuis Gelderse Vallei en bijzonder hoogleraar Sport- en Bewegeneeskunde afdeling Bewegingswetenschappen van het Universitair Medisch Centrum Groningen, Projectleider Beweegreiskompas)
- Anton Engels (onderzoeker bij de HZ- UAS Lectoraat De Gezonde Regio)
- Robby van Laarhoven (manager breedtesport Judobond Nederland)
- Lieke Vloet (programmamanager inclusie en gezondheid NOC*NSF)
- Lisanne Brinkhof (deelneemster European Transplant Games)

Voor meer informatie over dit programma mail: [Lieke Vloet](mailto:Lieke.Vloet@nocnsf.nl) (NOC*NSF)

"Wat een zegen dat we als samenleving zo gezegend zijn met zo'n fijnmazige sportinfrastructuur. De ingrediënten zijn er, maar de toeleiding naar beide kanten kan echt versterkt worden. Daar hebben sport en zorg een verantwoordelijkheid."

Carlijn Mol (manager International & Public Affairs NOC*NSF)



Georganiseerd door:



PARALLEL PROGRAMMA

PREHABILITATIE IN BEWEGING: VAN LOKAAL INITIATIEF NAAR EEN LANDELIJKE AANPAK

Patiënten die op de wachtlijst staan voor een orgaantransplantatie hebben vaak een verminderde fysieke en mentale belastbaarheid. Terwijl optimale fitheid een belangrijke randvoorwaarde is voor succesvolle transplantatie uitkomsten. Prehabilitatie geeft mensen de mogelijkheid om de lichamelijke conditie en het mentale welzijn voor een transplantatie te versterken. Daarmee verbetert het perioperatieve verloop én het herstel na de ingreep.

In deze sessie deelden onderzoekers en experts uit het veld hun kennis en visie. Vanuit het Erasmus MC en UMCG werden de eerste resultaten van het onderzoek naar prehabilitatie bij levertransplantatie patiënten gedeeld door Lysanne Beuken en Danielle Talen. Zij gingen dieper in op de positieve ervaringen en de verbeteringen ten aanzien van de invoering en het vervolg in andere centra.

Dr. Coby Annema (UMCG) deelde het initiatief van PreCareTx naar PrePareTx. Daar is samen met nierpatiënten en hulpverleners een contextanalyse uitgevoerd en op basis van de resultaten een prehabilitatie programma opgezet voor patiënten die wachten op een niertransplantatie. Terwijl ze nog wachten op de eerste resultaten, heeft Coby nu al de taak op zich genomen om vanuit dit lokale initiatief een landelijk project te initiëren.

Lokale ervaringen met prehabilitatie in het Radboudumc, onder leiding van Linda van Heusden (fit4surgery), hebben tot het ontstaan van een Fitcentrum en het opnemen van prehabilitatie in zorgpaden geleid. Linda gaf aan dat samenwerking met de eerstelijnszorg van groot belang is om prehabilitatie succesvol te laten zijn.

Na deze verschillende voorbeelden was er nog een belangrijke vraag die boven de sessie hing: "Hoe brengen we alle lokale en regionale initiatieven onder de aandacht?" Professor Nico van Meeteren had hier een duidelijke boodschap voor. Gedrag veranderen in het licht van prehabilitatie betekent het veranderen van de cultuur, sturen op talent en bijstellen van de infrastructuur. Om te eindigen met een urgente oproep: "Niks is onbeweeglijker dan bestuur en beton".

DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Prehabilitatie is effectief en zinvol
2. Begin lokaal, zoek de samenwerking op en deel met elkaar
3. Bewegingsprehabilitatie is een verandering van gedrag.

Meer informatie:

www.fit4surgery.nl
www.healthholland.nl

Sprekers:

- Tji Gan (longarts, transplantatiearts UMCG)
- Lysanne Beuk (arts, onderzoeker Erasmus MC)
- Daniëlle Talen (fysiotherapeut, promovendus UMCG)
- Coby Annema (senior onderzoeker transplantatiezorg UMCG)
- Linda van Heusden (bestuurslid KNGF & Fit4surgery, fysiotherapeut Radboudumc)
- Nico van Meeteren (algemeen directeur Health Holland)

Voor meer informatie over dit programma mail:
[Coby Annema](mailto:Coby.Annema@umcg.nl) (UMCG)



"Eerder op de dag onthulde Dorottya de Vries dat er vanuit de Nederlandse Transplantatie Vereniging (NTV) een speciale preventie- en leefstijlwerkgroep opgericht wordt. Omdat de resultaten laten zien dat fitheid voor een operatie duidelijke voordelen geven. Want "Wist u dat een week in bed liggen 1,3 kilo aan spiermassa kost? Sport is geen luxe of een extra, het is een cruciaal onderdeel van de medische behandeling." Om daarna te vervolgen dat 50% van de uitgevoerde transplantaties voortkomt uit leefstijlziekten. En dat vooral preventie daar ook een grote rol zou moeten spelen."

Dorottya de Vries (transplantatie chirurg LUMC)



Georganiseerd door:

umcg:

kenniscentrum
sport & bewegen

NL Health~Holland

PARALLEL PROGRAMMA

STERKE START NA TRANSPLANTATIE: VAN ACADEMISCHE ZORG NAAR ZELFSTANDIG EN LOKAAL BEWEGEN

Voor veel patiënten is het spannend om opnieuw actief te gaan bewegen of sporten na een orgaantransplantatie. Onzekerheid over de belastbaarheid, angst voor overbelasting of schade, en de bijwerkingen van medicatie maken deze fase extra uitdagend. Juist daarom is een goed georganiseerde herstelreis essentieel. De verhalen in deze sessie lieten zien dat het verschil gemaakt wordt door bevlogen professionals, die de organisatie eerst zelf opzetten. Zowel in de operationele organisatie als in de financiering. Zoals de RevaStart die vooraf alle zorgpaden heeft uitgewerkt, leegstand in een verpleeghuis benut en meer mensen een juiste plek biedt om fitter terug te komen in de maatschappij.

In deze sessie namen we aan de hand van praktijkvoorbeelden de volledige keten onder de loep: van klinische revalidatie in de GRZ tot poliklinische revalidatie, en de aansluiting met leefstijl- en beweegzorg in de eerste lijn. Vragenlijsten van het UMCU lieten zien dat 35% van de mensen behoefte heeft aan ondersteuning bij beweging of sport. De inrichting van de beweeginterventie heeft geleid tot significant betere resultaten, met behulp van persoonlijke aanpak. Door verschillende specialisaties aan elkaar te koppelen, worden getransplanteerde patiënten naar betere gezondheid worden geleid onder begeleiding van specialisten.

Als derde kwam Rozemarijn Deelen aan het woord hoe de mensen na transplantatie ondersteund worden richting hun nieuwe leefstijlplan. Wat past bij welke persoon? Hoe ziet het beeld er per persoon uit en hoe is het mogelijk om de ondersteuning lokaal in te richten? Van groot belang lijkt het opnieuw uitvinden van wie je bent en hoe je jouw dagritme terugkrijgt en invulling geeft.

De afsluiter was een verbinding met de sportwereld. Waarin atletiek de sport voor iedereen is volgens Femke Pluim. Iedereen is welkom op de atletiekbaan om erbij te horen. Niet alleen om te sporten, maar ook om er te zijn als coach, vrijwilliger of jurylid. De Walk&Talk die al bestaat bij UMC's past bijvoorbeeld ook perfect bij een atletiekvereniging, als aansluiting op het bredere aanbod. En met 380 atletiek- en loopverenigingen kan je overal in Nederland terecht. Coaches en trainers worden daarnaast opgeleid om altijd te differentiëren binnen hun Trainingsgroepen, waardoor de sport toegankelijk is voor iedereen.

DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Orgaanoverstijgende best practices bij elkaar brengen. Voor inspiratie en voor financiering, om geen vele kleine gesprekjes te voeren maar juist één groot gesprek.
2. We moeten samen in kaart brengen wat de route is van het estafettestokje. De verantwoordelijkheid delen en zoeken naar de juiste partners binnen sport, bewegen en zorg.
3. Er is persoonlijke energie nodig van een kartrekker in het opzetten van passende interventies. Daarna moeten zorgpaden duurzaam bestendigd worden.

Sprekers:

- Lara Elshove (verpleegkundig specialist levertransplantatie Erasmus MC)
- Jolien Netjes (fysiotherapeut UMCU)
- Anja Kooistra (transplantatieverpleegkundige UMCU)
- Rozemarijn Deelen (physician assistent transplantatie en leefstijl UMCU)
- Femke Pluim (Wij sport samen, Atletiekunie)

Voor meer informatie over dit programma mail:
[Marleen van Buren](#) (Erasmus MC)



Georganiseerd door:



PARALLEL PROGRAMMA

INCLUSIVITEIT OP DE ARBEIDSMARKT

Inclusie is een onderwerp dat terecht op vele agenda's staat. De arbeidsmarkt is daar geen uitzondering op. Al jarenlang is er veel aandacht voor de wijze waarop je als arbeidsmarkt, als werkgever, tegemoet zou kunnen komen aan de wensen en vooral capaciteiten van mensen met een beperking om 'gewoon mee te doen.'

Partijen als VNO-NCW, MKB Nederland en de Stichting Nederland onderneemt maatschappelijk (vanuit VNO-NCW) zijn al jarenlang pleitbezorgers voor een inclusievere arbeidsmarkt. Daar zijn zij ook succesvol in: de landelijk gewenste taakstelling om als ondernemers en overheid 150.000 mensen met een beperking in het reguliere arbeidsproces op te nemen, vordert gestaag, met vooral de ondernemers als enthousiaste kartrekkers. Maar we zijn er nog niet.

"Een inclusieve arbeidsmarkt is geen liefdadigheid, het is een maatschappelijke en economische noodzaak. In tijden van Krapte op de arbeidsmarkt snijdt een samenleving zichzelf in de vingers als we mensen met een chronische aandoening langs de zijlijn laten staan. Zelfs vanuit puur welbegrepen eigenbelang moeten werkgevers deze mensen de Kans geven om mee te doen."

We moeten Kijken naar wat gezonde mensen opleveren, niet alleen naar wat preventie Kost. "De niet-geleverde zorg is de meest duurzame zorg." Daarnaast moeten we minder praten over Kosten die op de balans staan en meer over investeren, met als resultaat: duurzame gezondheidswinst en dat meer mensen van waarde Kunnen zijn voor de maatschappij.

Jacco Vonhof (voorzitter MKB-Nederland)



DE DRIE BELANGRIJKSTE AANBEVELINGEN ZIJN:

1. Stel de vraag: "Wat heb je nodig om (bij ons) te kunnen werken?"
2. Belangrijke bijeenkomst om de focus te leggen op een doelgroep die voor velen onbekend is: getransplanteerden.
3. Belangrijke bijeenkomst om mensen die geïnteresseerd zijn in/werken aan de inclusieve arbeidsmarkt samen te brengen en te verbinden

Sprekers:

- Jeroen van der Kris (ervaringsdeskundige en auteur)
- Berber Oude Aarninkhof (ervaringsdeskundige)
- Kim Verlegh (relatiemanager EMMA@WORK)



"Het gaat bij sport en bewegen niet alleen om het sportieve, maar nadrukkelijk ook om het sociaal netwerk, gezelligheid. Dat heeft niks met ziekte of fysiek herstel te maken, maar is van groot belang."

Dorottya de Vries (transplantatie chirurg LUMC)

Georganiseerd door:

V N O N C W

 **Zonderneemt!**
maatschappelijk

 **MKB**
Nederland

EIGEN VERGADERINGEN

Aansluitend op De Estafette hebben een aantal partners een eigen vergadering of bijeenkomst georganiseerd om een doorvertaling te maken naar hun eigen situatie. Dit waren:

Provincie Gelderland	: De Gelderse Estafette
Rijnstate Ziekenhuis	: Nefrologennascholing
Nederlandse Transplantatie Vereniging	: Landelijke Transplantatie Werkgroep
Beweegalliantie en Kenniscentrum Sport en Bewegen	: De kracht van bewegen in en rond de GGZ-zorg
Nederlandse Transplantatie Vereniging	: Bestuursvergadering

DE GELDERSE ESTAFETTE: VERBINDING TUSSEN ZORG EN BEWEGEN

Als gastheer van de European Transplant Games 2026 en het ETG Congres laat de provincie Gelderland zien hoe de werelden van zorg en sport structureel en op een menselijke manier met elkaar verweven kunnen worden. Samen met partners als het Gelders Sport Netwerk en de Gelderse Sport Federatie bouwen ze aan een provincie waar meedoen voor iedereen mogelijk is.

Een vertrouwde beweegreis

In de Gelderse aanpak laten we mensen niet verdwalen tussen losse organisaties en loketten, maar staat de gecoördineerde 'beweegreis' van de inwoner centraal. Deze reis begint in de veilige omgeving van het ziekenhuis, waar beweging al direct als therapie wordt ingezet. Zodra iemand klaar is voor de volgende stap, bieden verbindende professionals zoals leefstijlcoaches en beweegmakelaars een helpende hand. Zij zorgen voor een warm welkom en begeleiden de inwoner zonder drempels naar het reguliere sportaanbod in hun eigen gemeente. Vanaf dat moment is iemand geen patiënt meer, maar een sporter die in de eigen wijk bouwt aan een actieve en duurzame leefstijl.

Winst voor iedereen

Wanneer we over de muren van onze eigen domeinen heen kijken, plukt iedereen daar de vruchten van:

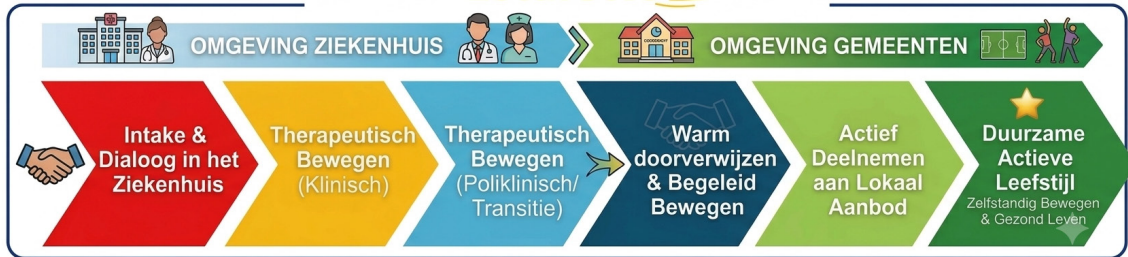
- Voor de mens: Mensen voelen zich persoonlijk gezien en geholpen op een manier die past bij hun eigen leefwereld. Ze pakken de regie over hun gezondheid terug, ervaren een hogere kwaliteit van leven en voelen dat ze maatschappelijk weer mee kunnen doen.
- Voor de zorgverleners: Artsen en fysiotherapeuten krijgen de middelen en duidelijke routes om bewegen als een vanzelfsprekend medicijn voor te schrijven. Zij kunnen de patiënt met een gerust hart overdragen, wetende dat het sport- en beweegnetwerk klaarstaat.
- Voor de lokale sportaanbieders: Verenigingen en clubs verwelkomen structureel nieuwe gezichten, gesteund door de juiste begeleiding, binnen een betaalbaar en passend sportlandschap.
- Voor de samenleving (Provincie Gelderland): Door deze mensgerichte samenwerking koppelen we grote maatschappelijke opgaven met succes aan elkaar. Samen bouwen we aan een regio waarin vitaal ouder worden, mentaal welzijn en sociale inclusiviteit de normaalste zaak van de wereld zijn.

Door langjarige investeringen, lokaal eigenaarschap en het delen van kennis, bouwt Gelderland de versnipperde eilandjes om tot één warme, toekomstbestendige en gezonde omgeving.

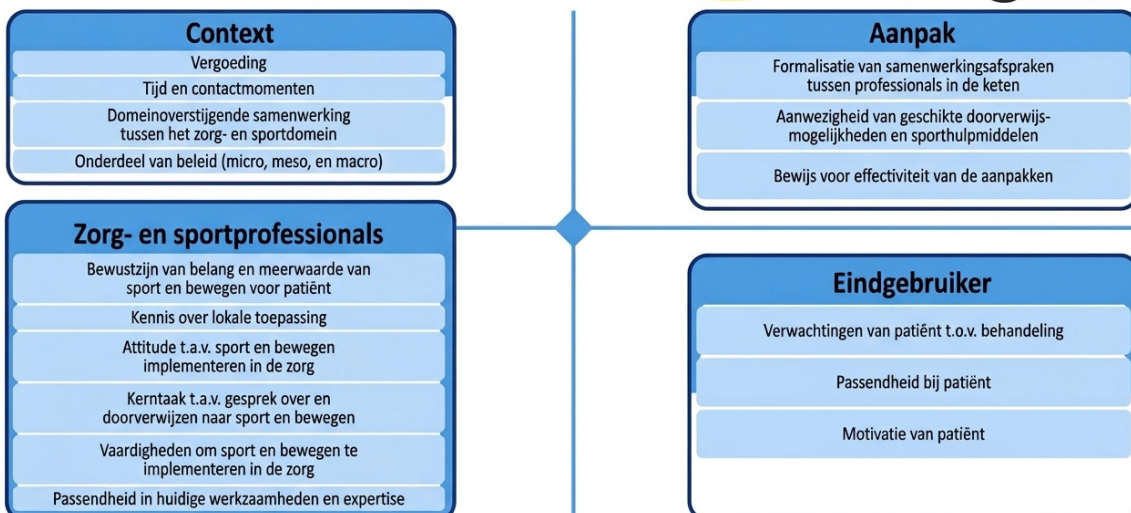
Georganiseerd door:

 provincie
Gelderland





Wat knelt? De belangrijkste knelpunten voor een sterke bewegreis van zorg naar sport en bewegen



Bron: Sport en bewegen wordt te weinig ingezet in de gezondheidszorg. Kennis- en Innovatiescan WP3. Mulier Instituut, 2023.

DE ESTAFETTE

HÉT ETG CONGRES - NASLAGWERK AGENDA

COLOFON

Speciale dank aan de programmacommissie: Marleen van Buren en Caroline den Hoed (Erasmusmc), Coby Annema en Tji Gan (UMCG), Kirsten de Klein (Kenniscentrum Sport & Bewegen), Nanda de Jong (Beweegalliantie), Lieke Vloet (NOC*NSF) en Ester Helthuis en Diane de Kruijff (bestuur ETG2026).

Speciale dank ook aan NOC*NSF voor het ter beschikking stellen van 2 eventmanagers: Charlotte Persyn en Annelies Tromp

Credits

Samenstelling & redactie:	Ester Helthuis
Deelsessies:	Nanda de Jong, Lieke Vloet, Marleen van Buren, Coby Anema en Diane de Kruijff
Eindredactie:	Jorik Tilstra
Fotografen:	Raymond van Olphen (@bulletray) Sebastiaan Nederhoed (@madebysebas) Mariëlle van Opbergen (@lellefotografie)
Design & Layout:	De Natris Multimedia Design

Disclaimer

Dit naslagwerk is met de grootst mogelijke zorg samengesteld op basis van de informatie die beschikbaar was op het moment van publicatie. Ondanks deze zorg kunnen onjuistheden of onvolledigheden voorkomen. Stichting ETSN aanvaardt geen aansprakelijkheid voor eventuele schade die voortvloeit uit het gebruik van de informatie in deze uitgave.

Celebrate Life

