

## ERIK SCHERDER BRENGT BEURSBEZOEKERS IN BEWEGING



Jaarlijks sterven circa 5,5 miljoen mensen wereldwijd aan ziektes die het gevolg zijn van de ‘pandemie van de inactiviteit,’ aldus hersenprofessor Erik Scherder van de Vrije Universiteit. Een pandemie die net zo ernstig is als corona, maar die nauwelijks aandacht krijgt in de media.

Daarom is de hoogleraar op een missie om heel Nederland in beweging te krijgen. Op de beurs wordt zijn boodschap, gericht op technici met een veelal zittende leefstijl, met veel interesse ontvangen. Tijd om weg te dromen tijdens de lezing is er niet, want na dertig minuten moet het publiek opstaan om squats te doen. En wel zo laag mogelijk, want dat is moeilijk en het gaat niet alleen om de beweging maar ook om de inspanning die je hersenen moeten leveren.

Moeite doen, fysieke inspanning, en een actief sociaal leven zijn allemaal ingrediënten voor een gezond brein. “Je kan met kleine wijzigingen in leefstijl enorme gezondheidswinst behalen,” vertelt de hoogleraar. “Zorg dat je elke dag minimaal een half uur matig intensief beweegt. En neem na een half uur stilzitten drie minuten pauze om de benen te strekken. Dat is voor iedereen haalbaar en je wordt er niet alleen gezonder, maar ook gelukkiger van.”

**BEURSBEZOEKERS**  
**DINSDAG:** **625**

## VANDAAG OP HET PROGRAMMA

Heb je even tijd over? Mis dan vooral niet deze hoogtepunten uit het seminarprogramma!

### ONTWIKKELINGEN IN DNA- TECHNOLOGIEËN

**9:30-11:00 CROESEZAAL**

De ontwikkelingen in DNA-technologieën zijn de afgelopen jaren in een stroomversnelling geraakt. In het seminar ‘Ontwikkelingen in DNA-technologieën’ delen experts op het gebied van deze technieken hun kennis en geven ze een inkijkje in de tal van toepassingen die nu én in de toekomst mogelijk zijn.

### SAMPLES: OPSLAG & CODERING

**11:30-13:00 CROESEZAAL**

Samples zijn een essentieel onderdeel van het werkproces in een laboratorium. Om de kwaliteit van de monsters en analyses te waarborgen, zijn de juiste opslag en identificatie van groot belang. Tijdens het seminar ‘Samples: opslag & codering’ delen drie sprekers hun kennis op het gebied van monsteropslag en codering in het laboratorium.

## VEEL INTERESSE IN LEAN LAB WORKSHOP

Ruim 70 bezoekers zitten klaar in de Croesezaal voor de workshop 'Eerste stappen richting een lean laboratorium.' Astrid Prins en Geanne Sterenberg geven de bezoekers praktische tips mee om zelf aan de slag te gaan met de lean-methode.

Het tweetal opent de workshop met de vraag wat lean nou eigenlijk betekent. De meerderheid van de deelnemers kiest voor het antwoord 'leadership, effortless, accomplish, neatness.' Maar nee, Geanne legt uit dat lean simpelweg 'slank' betekent: "Lean gaat over het slank inrichten van je werkprocessen, zonder verstoringen of belemmeringen je werk kunnen doen." Aan de hand van een interactief spel laten Geanne en Astrid de deelnemers kennismaken met 5S, een verbetermethode die wordt gebruikt om een georganiseerde, schone en efficiënte werkplek te creëren.



## KEES DE RIJKE NEEMT AFSCHEID

Na twintig jaar neemt Kees de Rijke afscheid van LabMakelaar. De leverancier van gebruikte laboratoriumapparatuur en -inrichtingen wordt overgenomen door Gemini in Apeldoorn. Op de vraag wat hij het meeste gaat missen wijst Kees om zich heen: "Dit ga ik het meeste missen. Mijn collega's, wat wij samen hebben opgebouwd. Maar ik kijk ook uit naar hele leuke dingen. Ik heb tien kleinkinderen waar ik nu veel tijd mee kan doorbrengen." Elke beursdag is Kees vanaf 15:00 uur aanwezig op de stand van LabMakelaar om afscheid te nemen en zijn opvolger, Sulo Ocak, te introduceren.

## STAND IN DE SPOTLIGHT: BIOKÉ



## EXPOSANTENBORREL BIJ VDL TBP ELECTRONICS

Je bent van harte uitgenodigd voor de exposantenborrel vanavond van 17:00-19:00 uur. Met een hapje, drankje en live muziek sluiten we de tweede beursdag af bij de stand van VDL TBP Electronics (7E071). En niet geheel onbelangrijk, tijdens de borrel wordt de Marketing Communicatie Cup uitgereikt. Ben jij erbij?

## NIEUW: KOPTELEFOONS IN SEMINARZALEN 1 & 2



LEUK NIEUWTJE OF INTERESSANT VERHAAL? LAAT HET WETEN AAN DE REDACTIE VAN DE BEURSDAGKRANT IN DE PERSKAMER