**Ontmoet de expert**

Ik ben Jaap Wonders en werk sinds 2009 als fysiotherapeut. In de jaren daarna heb ik mij gespecialiseerd als MSc. revalidatiewetenschapper, manueel therapeut en sportfysiotherapeut. Al sinds lange tijd ben ik geïnteresseerd in gezondheid in de breedste zin van het woord. In de jaren die ik als fysiotherapeut werk heb ik leefstijl geïntegreerd in mijn behandelingen en daarmee goede resultaten geboekt. Ik heb al jaren zelf veel verdieping gezocht in het onderwerp leefstijl en gezondheid. Zo heb ik een jaar in Singapore mogen werken waar ik veel geleerd heb op het vlak van de integratie tussen leefstijl en fysiotherapie.

In de lente van 2020 heb ik een opleiding tot leefstijlcoach afgerond en heb ik leefstijltherapie in ons Sport Medisch Centrum (SMC Rijnland Fysiotherapeuten) uitgerold. Ook heb ik tijdens de coronaperiode in samenwerking met de Universiteit Leiden wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd met als onderwerp leefstijl en welzijn wat inmiddels gepubliceerd is in het internationale peer-reviewed tijdschrift Frontiers in Psychology. Tevens heb ik les gehad van de Belgische onderzoeker Jo Nijs. Jo Nijs staat in de frontlinie als het gaat om onderzoek naar chronische pijn en in het bijzonder leefstijl en chronische pijn. Met mijn huidige werk kan ik dan ook zowel de klinische als de wetenschappelijke koppeling maken.

