

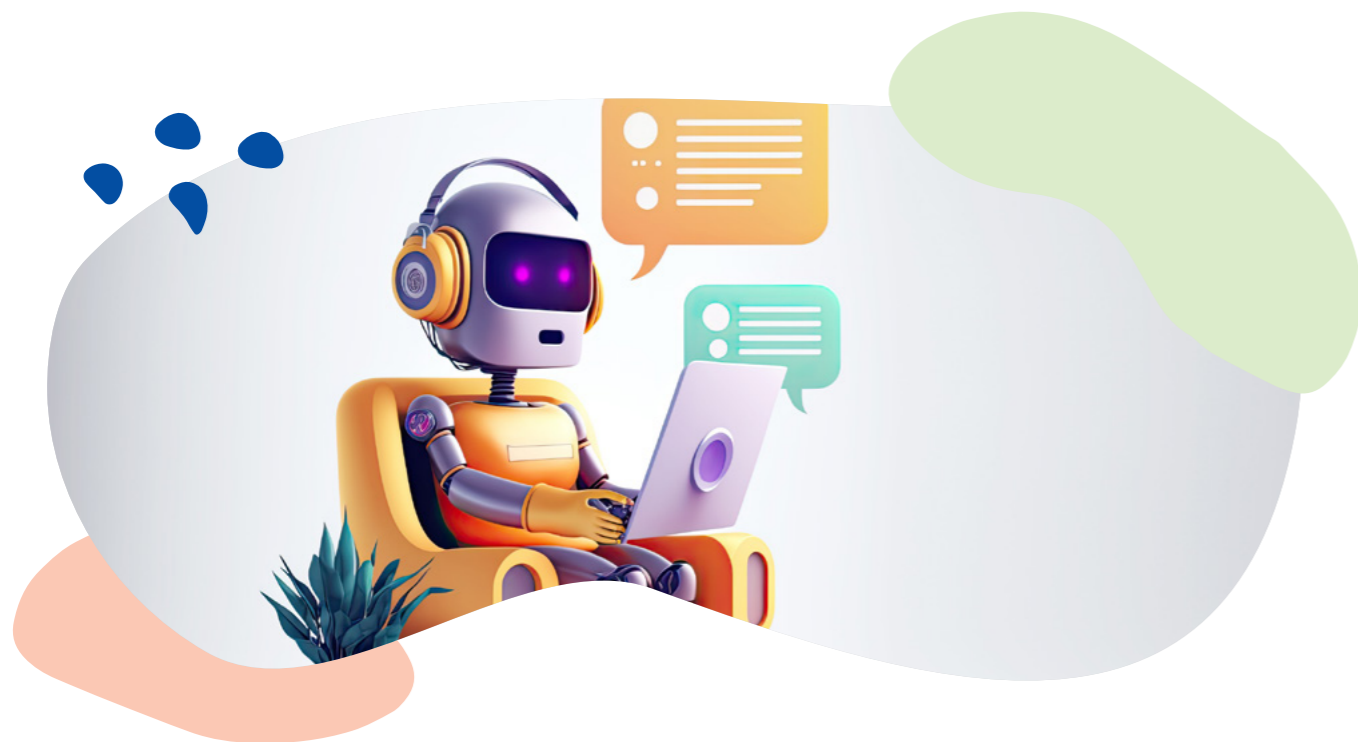
LEEF tijd.

DOCENT RENÉ
GEERDINK OVER AI:
'GEEN VERVANGER
VAN DENKEN'

PRIJZENPUZZEL:
WIN EEN QUANTUM
2-IN-1 SPEL

EVEN VOORSTELLEN:
ONZE NIEUWE
VERENIGINGSMANAGER





KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE

Kunstmatige intelligentie (AI) is een van de meest invloedrijke technologische ontwikkelingen van de 21e eeuw. Het verwijst naar systemen die taken kunnen uitvoeren waarvoor normaal menselijke intelligentie nodig is, zoals leren, redeneren, herkennen en beslissingen nemen. Dankzij enorme hoeveelheden data, grote rekenkracht en geavanceerde algoritmen heeft AI zich de afgelopen jaren razendsnel ontwikkeld.

AI speelt tegenwoordig een rol in talloze sectoren. In de gezondheidszorg help het bij het stellen van diagnoses en het ontwikkelen van nieuwe medicijnen. In het dagelijkse leven ervaren we AI via spraakassistenten, aanbevelingssystemen op streamingdiensten en slimme thermostaten. Ook in de industrie wordt AI gebruikt om productieprocessen efficiënter en veiliger te maken.

Hoewel AI veel voordelen biedt brengt het ook uitdagingen met zich mee. Vragen rondom

privacy, verantwoordelijkheid en de impact op de arbeidsmarkt worden steeds belangrijker. Daarnaast is transparantie van AI-systemen essentieel om vertrouwen te behouden.

AI is geen toekomstmuziek meer, maar een realiteit die ons leven voortdurend vorm geeft. Het biedt enorme kansen voor innovatie en vooruitgang, mits we het op een verantwoorde en ethische manier inzetten. De komende jaren zullen bepalen hoe AI onze samenleving blijvend zal veranderen.

'Dat ging gemakkelijk. AI heeft deze hele column al bijna voor me geschreven. Maar alleen met AI wordt de wereld niet beter. We moeten ook écht contact hebben en we moeten onszelf ook blijven uitdagen. Ik doe dat bijvoorbeeld met muziek. Niks geen kunstmatige intelligentie, maar gewoon m'n hersenen aan het werk zetten om jazzgitaar te leren spelen.'

AP VREEMAN
Lid Ledenraad



INHOUD

- 4 Docent René Geerdink: AI in het onderwijs
- 6 Tips en weetjes over AI
- 8 AI en onze hersenen
- 10 ZONL: toekomstbestendige zorg
- 12 Echt of niet: kun jij fakenews herkennen?
- 13 AI in de zorg
- 14 Onze nieuwe verenigingsmanager
- 16 Wat vinden we echt van AI?
- 18 Theater, lezing
- 19 Prijzenpuzzel en colofon
- 20 Agenda



'AI IS EEN HULPMIDDEL, GEEN VERVANGER VAN DENKEN'

René Geerdink (49) werkte jaren bij de Rabobank met grote leningen en zakelijke klanten. Toch miste hij iets. Nu staat hij als docent economie en bedrijfseconomie voor de klas op RSG Tromp Meesters in Steenwijk. Daar ontdekt hij hoe AI het onderwijs kan versterken. 'Hier kan ik echt van betekenis zijn.'

René geeft les aan havo- en vwo-leerlingen en is coach van een derde klas havo. De school is een regionale scholengemeenschap, waar straks alle vestigingen samenkomen in één nieuw gebouw. In zijn lessen combineert hij praktijkervaring

uit het bedrijfsleven met nieuwe technieken. AI speelt daarin een steeds grotere rol. 'Ik ben niet bang voor vernieuwing,' zegt hij. 'Als het leerlingen helpt beter te leren, wil ik ermee aan de slag.'

TOETSEN ZONDER CIJFER

Voor zijn masteropleiding onderzocht René samen met een collega formatief handelen: toetsen zonder cijfer, met behulp van AI. 'We lieten AI meerkeuzevragen maken over de lesstof. Die zetten we in een systeem, zodat leerlingen meteen zagen of een antwoord goed of fout was.' In één middag liet hij ruim 1.300 vragen genereren. 'Normaal ben je al een avond bezig met veertig goede vragen. Nu kan ik veel meer oefenen met leerlingen.'

'LAAT AI HET SAAIE WERK DOEN EN GEBRUIK DE TIJD DIE OVERBLIJFT VOOR ECHT CONTACT. UITEINDELIJK GAAT ONDERWIJS NOG STEEDS OVER MENSEN.'

Ik check alle vragen wel zelf, maar AI doet het zware typewerk.' Uit het onderzoek bleek dat het ook echt werkt. 'De kleine groep leerlingen die in de eerste periode met die formatieve toetsen werkte, haalde betere cijfers op het tentamen dan de rest. Later ging bijna iedereen ermee aan de slag en werden de resultaten nog beter. Dan zie je: dit heeft effect.'

AI LEREN GEBRUIKEN

René verbergt AI niet voor zijn leerlingen, hij maakt het juist bespreekbaar. 'Ik zeg eerlijk: je mag AI gebruiken, maar wel als hulpmiddel. Niet om je hele profielwerkstuk te laten schrijven.' Hij laat zien wat er wél kan. Een samenvatting van een lange tekst, een woordweb of hulp bij het bedenken van deelvragen voor een



profielwerkstuk, bijvoorbeeld. Daarbij hamert hij op een goede "prompt", de opdracht die je AI geeft. 'Introduceer jezelf, zeg wat je wilt en geef AI een rol. Ik typ dan: jij bent een economiedocent, dit is het niveau, maak nu drie goede deelvragen. Dan krijg je veel betere antwoorden.'

MES SNIJDT AAN TWEE KANTEN

Volgens René is AI niet alleen handig voor leerlingen, maar ook voor docenten. Hij gebruikt het om toetsen te maken, zwakke plekken in de kennis van een klas op te sporen en soms zelfs vragen te koppelen aan een uitlegvideo. 'Als zestig procent een vraag fout heeft, weet ik: hier moet ik nog een keer langs.'

Toch blijft menselijk werk onmisbaar. Veldwerk, enquêtes en interviews vindt hij belangrijker dan alleen teksten van internet. 'We weten dat leerlingen AI gebruiken. Dan moet je als school slim meebewegen. Laat AI het saaie werk doen en gebruik de tijd die overblijft voor echt contact. Uiteindelijk gaat onderwijs nog steeds over mensen.'

AI... HOE ZIT DAT PRECIES?

Kunstmatige intelligentie klinkt misschien als iets uit een sciencefictionfilm, maar in het dagelijks leven kom je het al vaker tegen dan je denkt. Van je telefoon tot het ziekenhuis en zelfs in gesprekken met dieren (ja, je leest het goed): AI is overal. Deze tips en weetjes laten zien hoe slim (én soms minder slim) deze technologie eigenlijk is.

EEN "PROMPT" IS WAT JIJ AAN AI VRAAGT

Als je zegt: 'Schrijf een gedicht over de lente,' dan is dat je prompt. Hoe duidelijker je bent, hoe beter het antwoord.

AI MAAKT COMMUNICATIE MOGELIJK TUSSEN MENSEN EN DIEREN

Onderzoekers gebruiken AI om diengeluiden te analyseren en te vertalen naar menselijke taal. Zo begrijpen we steeds beter wat walvissen, olifanten of apen 'zeggen'.

AI IS SLIMME TECHNOLOGIE DIE LEERT VAN VOORBEELDEN

Net als een kind dat leert door te kijken, leert AI door veel data te bekijken. En dat gaat dus razendsnel!



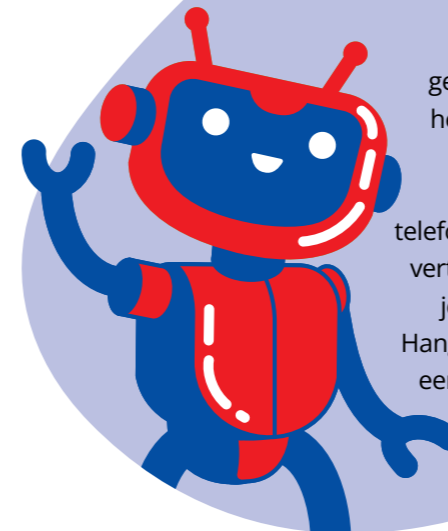
AI IS SLIM, MAAR NIET PERFECT

Als hij verkeerde informatie krijgt, kan hij ook fouten maken. Blijf dus altijd kritisch.



AI KAN STEMMEN ZO GOED NADOEN DAT HET KLINT ALS EEN ECHT PERSOON

Dat is handig, maar ook gevaarlijk. Criminelen kunnen het gebruiken om mensen te misleiden. Wees dus altijd alert bij onverwachte telefoontjes, zelfs als de stem vertrouwd klinkt. Vertrouw je een telefoontje niet? Hang op en bel zelf naar een voor jou bekend nummer.



JE GEBRUIKT AI VAKER DAN JE DENKT

Bijvoorbeeld in je telefoon, navigatie, e-mailfilter of slimme thermostaat. Laat AI je helpen, maar blijf zelf keuzes maken. Bijvoorbeeld bij het plannen van je route of het instellen van je apparaten.

AI HELPT BIJ HET VOORSPELLEN VAN NATUURRAMPEN

Door enorme hoeveelheden gegevens over weer, bodem en bewegingen in de aarde te analyseren, kan AI vroegtijdig waarschuwen voor aardbevingen, overstromingen of bosbranden.

AI HELPT ARTSEN BIJ HET HERKENNEN VAN ZIEKTES

Door medische beelden te analyseren, ziet AI soms sneller wat er mis is. Ook AI kan nieuwe medicijnen ontdekken in recordtijd. Waar wetenschappers vroeger jaren nodig hadden om een werkend medicijn te vinden, kan AI nu in weken miljoenen moleculen analyseren en voorspellen welke het beste werken.

AI KAN TEKSTEN SCHRIJVEN, SAMENVATTEN EN VERTALEN

Handig voor wie veel leest of schrijft, want het bespaart tijd. Gebruik AI als startpunt, maar herschrijf of controleer de tekst zelf om je eigen stijl en denkracht te behouden.



KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE EN ONZE HERSENEN: EEN ONGEMAKKELIJKE RELATIE

Kunstmatige intelligentie (AI) is niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Van routeplanning tot tekstsuggesties en medische diagnoses: AI helpt ons om sneller, slimmer en efficiënter te werken. Maar wat doet deze technologie eigenlijk met onze hersenen? Steeds meer onderzoekers waarschuwen voor de cognitieve gevolgen van overmatig AI-gebruik.

Een studie van de SBS Swiss Business School toont aan dat mensen die veelvuldig AI gebruiken, zoals ChatGPT of automatische vertalers, minder geneigd zijn om zelf na te denken. Ze besteden complexe taken uit aan technologie, wat leidt tot cognitieve ontlasting. Dit betekent dat de hersenen minder actief worden in het verwerken van informatie, met als gevolg een afname in kritisch denkvermogen.

VERMINDERDE HERSENACTIVITEIT

Onderzoekers van MIT zagen dat studenten die AI gebruikten om teksten te schrijven, minder hersenactiviteit hadden in de delen van de hersenen die normaal actief zijn bij creatief denken en logisch redeneren. Ook hadden ze moeite om zich te herinneren wat ze zelf hadden geschreven.

DIGITALE LUIHEID EN GEHEUGENVERLIES

Volgens het artikel "Your Brain on ChatGPT" (Notebookcheck, 2025) kan langdurig gebruik van AI leiden tot digitale luiheid. Mensen vertrouwen op technologie voor simpele taken zoals rekenen, plannen en zelfs sociale interactie. Dit kan op termijn leiden tot geheugenverlies en verminderde concentratie.

'ONZE HERSENEN KUNNEN MAAR EEN BEPERKTE HOEVEELHEID PRIKKELS VERWERKEN. TE VEEL INFORMATIE LEIDT TOT VERMOEIDHEID, CONCENTRATIE-PROBLEMEN EN STRESS.'

WAT ZEGT DE HERSENSTICHTING?

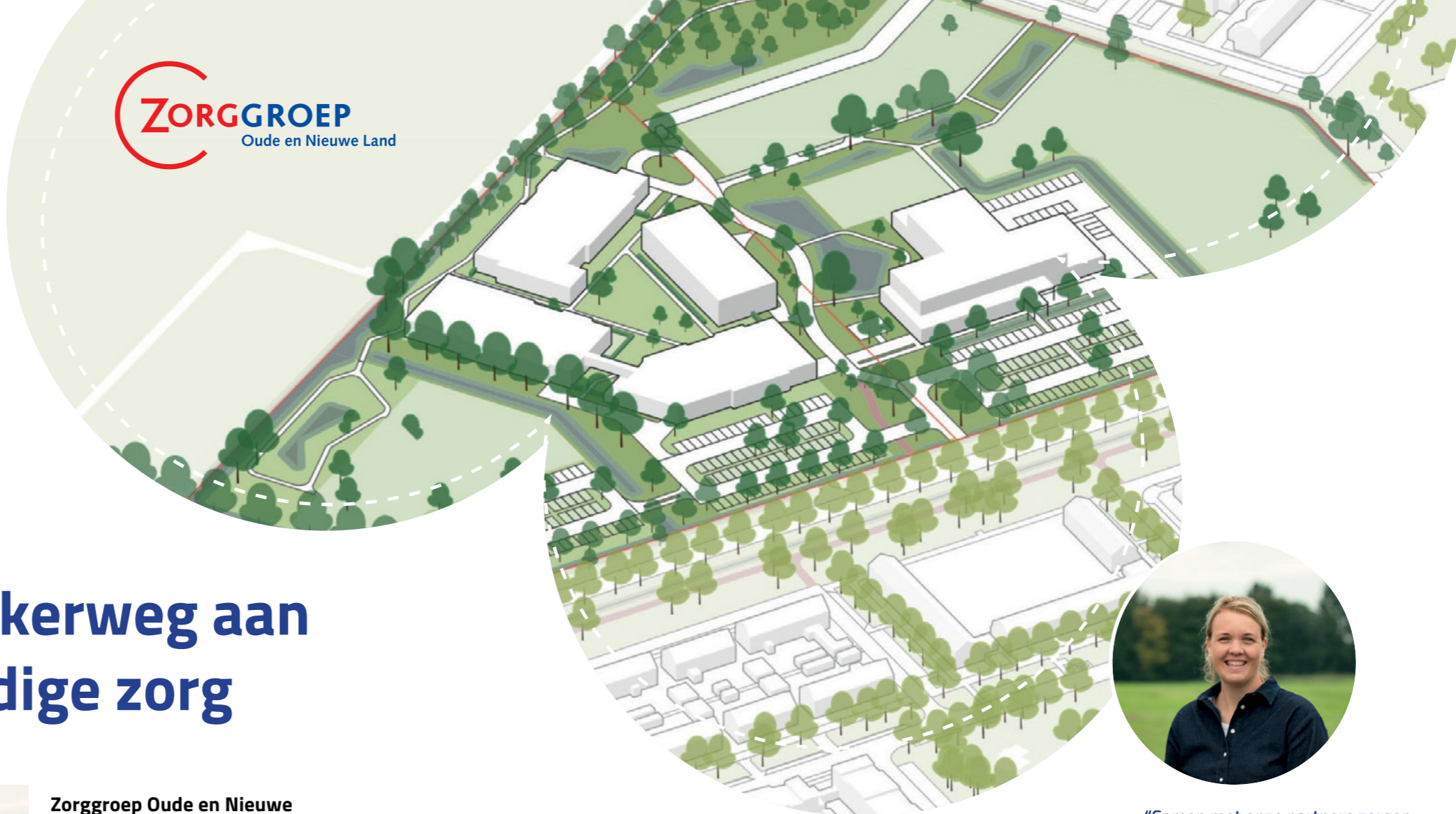
De Hersenstichting waarschuwt voor overprikkeling en cognitieve klachten door digitale belasting. In hun artikel over overprikkeling staat: 'Onze hersenen kunnen maar een beperkte hoeveelheid prikkels verwerken. Te veel informatie leidt tot vermoeidheid, concentratieproblemen en stress.' (Bron: www.hersenstichting.nl).

AI-systemen kunnen deze prikkelbelasting versterken, vooral bij ouderen of mensen met hersenaandoeningen.

WAT KUNNEN WE ZELF DOEN?

- Gebruik AI bewust en met mate.
- Blijf zelf nadenken, schrijven en rekenen.
- Stimuleer hersenactiviteit met offline activiteiten zoals lezen, puzzelen en gesprekken.

Het is dus erg verleidelijk om AI snel om een oplossing te vragen, maar onze hersenen zijn nog altijd het meest complexe en waardevolle systeem dat we bezitten. Die moeten we dus blijven uitdagen en trainen.



Dubbelinterview met directeuren Thea de Boer (links) en Minke van der Veen van Zorggroep Oude en Nieuwe Land over de nieuwe zorglocatie aan de Urkerweg te Emmeloord.

ZONL bouwt met Urkerweg aan toekomstbestendige zorg

Zorggroep Oude en Nieuwe Land (ZONL) bouwt letterlijk én figuurlijk aan de toekomst van zorg in Noordelijk Flevoland. Aan de Urkerweg in Emmeloord zijn de plannen voor een nieuwe zorglocatie met vier gebouwen in volle gang, waar wonen, tijdelijk verblijf, revalidatie en herstel samenkomen.

“Onze nieuwe locatie is meer dan nieuwbouw: dit is de vertaling van onze beweging naar toekomstbestendige zorg. ZONL is klaar voor de toekomst,” zegt directeur Thea de Boer. Volgens directeur Minke van der Veen is daarbij de stelregel: “Thuis als het kan, bij ons als dit nodig is. Samen met partners kijken we verder dan zorg alleen: hoe houden we mensen vitaal, hoe creëren we ontmoeting,

hoe zorgen we dat inwoners gezonder oud worden?” De locatie aan de Urkerweg biedt straks:

- Twee gebouwen voor Wonen met zorg in moderne studio's met eigen sanitair en veel comfort.
- Zelfstandig wonen met zorg dichtbij.
- Revalidatie en herstel, samen met Revalidatie Friesland en Fysio Motion.

Thea: “Voor bewoners betekent dit straks prachtige studio's met veel licht en comfort, en voor medewerkers een prettige werkplek. We nemen de goede ervaringen van onze andere locaties mee.” Minke vult aan: “Het allerbelangrijkste is dat inwoners voor revalidatie, herstel en tijdelijk verblijf in hun eigen regio terecht kunnen. Met de nieuwbouw aan de Urkerweg zetten we een stevige stap in toekomstbestendige zorg.”

“Met de realisatie van de nieuwbouw aan de Urkerweg zetten we een belangrijke stap in toekomstbestendige zorg.”
- Thea de Boer, directeur Zorggroep Oude en Nieuwe Land -

“Samen met onze partners zorgen we ervoor dat inwoners zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunnen blijven wonen.”

- Minke van der Veen, directeur Zorggroep Oude en Nieuwe Land -

Nieuwsgierig naar alle ontwikkelingen rondom onze nieuwe locatie aan de Urkerweg? Het laatste nieuws én het hele interview met de directeuren vind je op www.zorggroep-onl.nl.



ECHT OF AI?

Beelden lijken vandaag de dag echter dan ooit, zelfs als ze dat niet zijn. AI kan foto's aanpassen of compleet nieuw maken, waardoor het soms lastig wordt om echt van nep te onderscheiden. Op deze pagina zie je een aantal voorbeelden. Herken jij welke foto's kloppen... en welke niet?



Foto 1: Al heeft een rood huis en een hond toegevoegd.
Foto 2: Hier staat geen echte muur met graffiti.
Foto 3: Hier is niets aan bewerkt.



SPRAAKGESTUURD RAPPORTEREN BIJ ZONL: MEER TIJD VOOR ZORG

Sinds 21 mei 2025 kunnen medewerkers van Zorggroep Oude en Nieuwe Land (ZONL) spraakgestuurd rapporteren. Wie wilde, kon direct starten en dat gebeurde met veel enthousiasme. In de zomer is onderzocht hoe scholing het meest effectief kon worden ingericht, zodat deze vanaf oktober optimaal inzetbaar is.

SUPERUSERS ALS STEUNPUNT

Elk team heeft een superuser: het vaste aanspreekpunt voor vragen en ondersteuning. Deze collega's zijn vanaf het begin opgeleid door softwarebedrijf Attendi en delen hun ervaringen, zodat kennis goed geborgd blijft.

SCHOLING VOOR ALLE MEDEWERKERS

Tot en met 30 juni 2026 volgen alle medewerkers scholing. Ze leren niet alleen hoe spraakgestuurd rapporteren werkt, maar ook hoe ze beter kunnen rapporteren. Voordelen? Minder administratie, meer tijd voor cliënten en snellere, duidelijke verslaglegging. Rapportages zijn bovendien professioneler en makkelijker leesbaar voor collega's, mantelzorgers en familie.

ERVARINGEN VAN DE WERKVLOER

Chantal, verzorgende IG, startte als een van de eersten met spraakgestuurd rapporteren: 'Ik was vooral nieuwsgierig. Hoe werkt dat precies, praten tegen je telefoon in plaats van typen? En wat nou als ik iets raars zeg?' Het was even wennen om bij cliënten te rapporteren, maar ze ziet voordelen: 'Cliënten kunnen nu aanvullen of corrigeren als er een foutje wordt gemaakt in de rapportage.'

Na oefenen merkte ze vooral tijdswinst: 'Het gaat sneller en rapportages zijn duidelijker. Het systeem schrijft afkortingen voluit en herkent medicatienamen. Dat oogt professioneel.' Haar tip: 'Gewoon proberen. Kijk de instructievideo en begin waar je je prettig voelt. En lukt het niet? Superusers helpen graag.'

PRIJS

De cijfers laten al zien dat veel medewerkers volop aan het ontdekken zijn. Inmiddels hebben al ruim 650 medewerkers meer dan 25.000 rapportages ingesproken. Daarnaast organiseerde ZONL een wedstrijd: de best presterende teams winnen een prijs. Onlangs werden twee teams verrast met taart en spraakwater.



SANDRA LAMPE NIEUWE VERENIGINGSMANAGER

Per 1 februari stopt Gonny Schot (links op de foto) als verenigingsmanager van de ledenvereniging. Sinds 2018 vervulde zij deze rol met veel betrokkenheid. Sandra Lampe uit Steenwijk neemt het stokje van haar over. Sandra is in Steenwijkerland een vertrouwd gezicht: ze werkte als buurtwerker bij Sociaal Werk De Kop, was actief bij werkgroepen als de Dag van de Dialoog en Vrouwendag, is voorzitter van VV d'Olde Veste en regelmatig te horen bij RTV Slos. Ook was zij betrokken bij uiteenlopende projecten op het gebied van sport, cultuur en sociale samenhang.

Gonny: 'Sandra, wij kenden elkaar al vanuit ons werk. Wat leuk dat je op deze vacature gesolliciteerd hebt! Wat betekent het voor jou om nu deze nieuwe rol op je te nemen binnen de ledenvereniging?'

Sandra: 'Voor mij betekent deze nieuwe rol een kans om mijn betrokkenheid bij mensen en gemeenschappen op een andere manier voort te zetten. Ik voel me vereerd dat ik nu mag bijdragen aan een organisatie die zoveel voor haar leden betekent. Het is spannend, want het werkgebied is groter en het werk op een bepaalde manier veelzijdiger. Ik kijk ernaar uit om samen met collega's en vrijwilligers mooie dingen neer te zetten. Het voelt als een natuurlijke volgende stap waarin ik mijn ervaring als buurtwerker en mijn

passie voor verbinding goed kan inzetten. Wanneer jij terugblijkt op jouw tijd bij de ledenvereniging, wat is dan één van de highlights voor jou?'

'DE LEDENAVONDEN
VOND IK ALTJD HEEL
ERG MOOI, MAAR OOK
ANDERE BETEKENISVOLLE
BIJeenKOMSTEN
OF VITJES.'

'VOOR MIJ BETEKENT
DEZE NIEUWE ROL
EEN KANS OM MIJN
BETROKKENHEID BIJ
MENSEN EN GEMEEN-
SCHAPPEN OP EEN
ANDERE MANIER VOORT
TE ZETTEN. IK VOEL ME
VEREERD DAT IK NU MAG
BIJDAGEN AAN EEN
ORGANISATIE DIE ZOVEEL
VOOR HAAR LEDEN
BETEKENT.'

Gonny: 'De ledenavonden vond ik altijd heel erg mooi, maar ook andere betekenisvolle bijeenkomsten of uitjes. En ook het organiseren in coronatijd. Hulpmiddelen uitlenen terwijl de winkels dicht waren en mensen op 1,5 meter ontvangen en online deel laten nemen. Het was mooi om te pionieren. Wat is voor jou nieuw en wat neem je mee vanuit je vorige ervaringen?'

Sandra: '17.000 leden is nieuw! En een gedeelte van het werkgebied, Noordoostpolder en Urk is ook nieuw. In mijn vorige baan beheerde ik de sociale media, maar een magazine maken is voor mij onbekend terrein.'

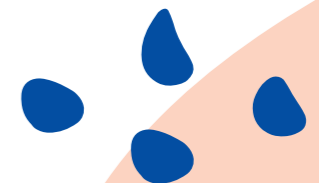
'Wat ik meeneem vanuit mijn vorige functie als buurtwerker en daarvoor buurtwerker sport is dat ik makkelijk mensen bij elkaar breng en samenhang kan creëren, ik hou makkelijk overzicht en krijg dingen voor elkaar. Wat heb jij geleerd over het werken met en voor de ledenvereniging? Wat heeft het jou gebracht en wat heb je kunnen achterlaten?'

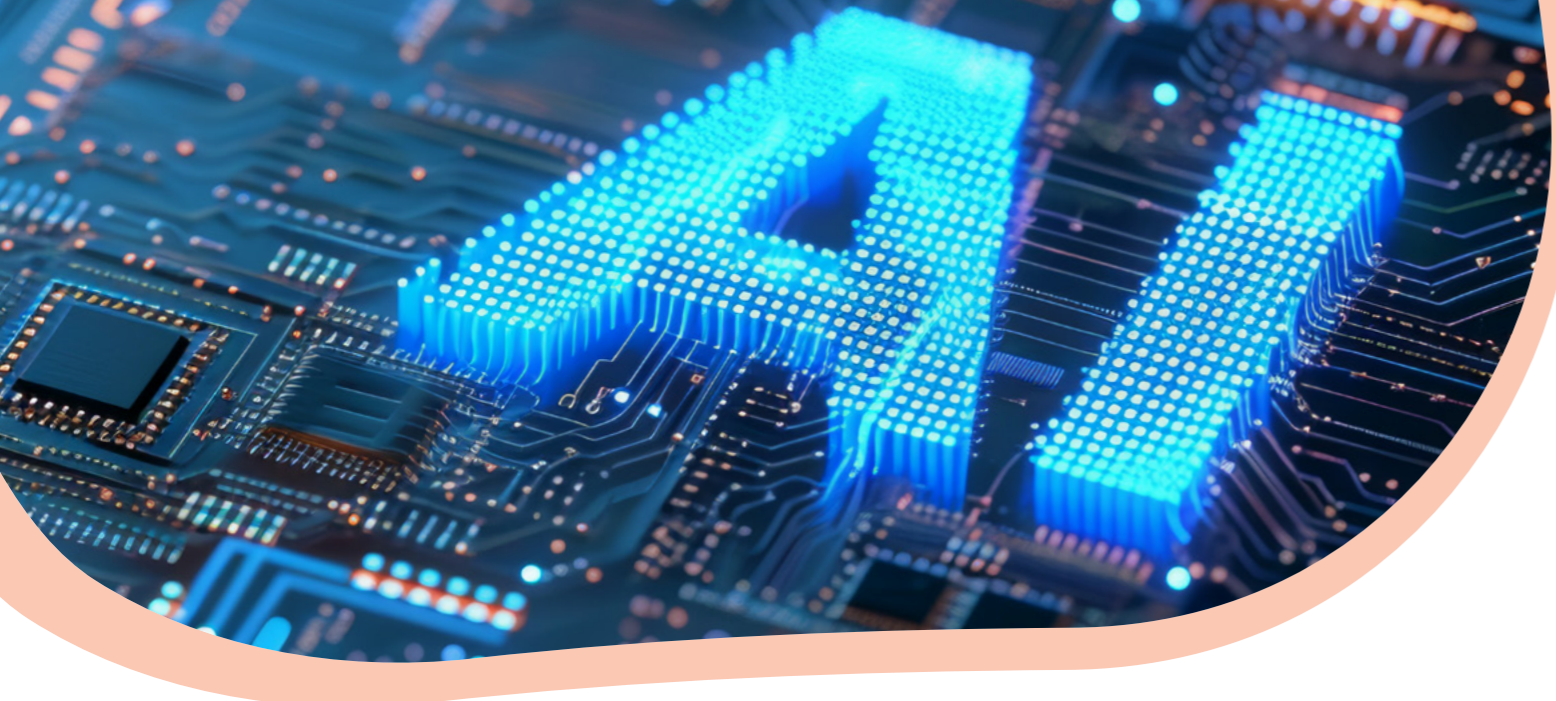
Gonny: 'Ik heb veel geleerd over communicatie. De website beheren, de LEEFtijd met een team maken, sociale media. Ik heb ook veel geleerd van het landelijk netwerk waar we met onze ledenvereniging in zitten. Met collega's uit het hele land praten over wat en waarom we dingen doen en wat onze plannen zijn. Heb jij al leuke plannen of ga je het eerst over je heen laten komen?'

Sandra: 'Eerst toch echt over me heen laten komen. Jij hebt al heel veel leuk georganiseerd en het wordt een mooie uitdaging om weer iets nieuws te bedenken.'

'Thema's over bewegen en cultuur hebben voor mij als voormalig buurtsportcoach altijd aantrekkingskracht. Maar een avond over hoe we weer in verbinding kunnen komen met elkaar spreekt mij erg aan. En tot slot, welke tip of wens geef je mee aan mij en de vereniging voor de komende jaren?'

Gonny: 'Blijf de leden iets moois bieden en zorg dat mensen over de ledenvereniging zeggen: 'Daar moet je bij horen, voor jong en oud.' Het maakt me trots als mensen positief praten over de vereniging. Dat wens ik jou en de ledenvereniging ook toe.'





WAT VINDEN WE EIGENLIJK VAN AI

Kunstmatige intelligentie roept veel op: nieuwsgierigheid, gemak, twijfel en soms ook zorgen. We vroegen een aantal van onze mensen wat AI voor hen betekent en hoe zij de toekomst met slimme technologie zien. Van praktische toepassingen tot ethische vragen, dit is wat hen bezighoudt.

Albert Hilvers

WAT IS JOUW EERSTE GEDACHTE BIJ HET WOORD KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE?

'Dat is voor mij vooral een combinatie van nieuwsgierigheid en praktische toepasbaarheid. Het klinkt futuristisch, maar ik zie het vooral als een hulpmiddel dat processen slimmer, sneller en overzichtelijker kan maken.'

HOE GAAT AI DE WERELD VERANDEREN?

'AI gaat ons dwingen anders te kijken naar werk en besluitvorming. Routineklussen en analysewerk zullen meer geautomatiseerd worden, waardoor er meer ruimte komt voor creativiteit en menselijk contact. Tegelijkertijd roept het vragen op over ethiek, controle en betrouwbaarheid. Bijzonder is dat we het effect nog helemaal niet kunnen overzien.'

WELKE AI-TOEPASSING HEEFT JOU POSITIEF VERRAST?

'De manier waarop AI kan helpen om complexe informatie overzichtelijk te maken. Bijvoorbeeld bij het structureren van documenten of het samenvatten van vergaderingen. Het scheelt veel tijd en maakt dingen inzichtelijker dan ik zelf in korte tijd zou kunnen.'



STEL DAT AI JE PERSOONLIJKE ASSISTENT WAS, WAT ZOU JE UITBESTEDEN?

'Taken die veel tijd kosten maar weinig inhoudelijke waarde hebben: notuleren, rapportages structureren, plannings maken, mailtjes ordenen. Dan houd ik zelf energie over voor de inhoud en de menselijke contacten.'

WAT ZOU JIJ WILLEN DAT AI NOOIT OVERNEEMT?

'De menselijke maat. Empathie, intuïtie en echt aanwezig zijn bij iemand die steun nodig heeft, dat moet nooit vervangen worden. Uiteindelijk draait zorg, kerk en samenwerking om relaties, niet om algoritmes.'

Ap Vreeman

'Ik denk dat kunstmatige intelligentie gaat afnemen, we zullen zelf weer moeten nadenken. Je kunt er maar beter vroeg mee beginnen.'



Gonny Schot

'Ik denk dat er heel veel mooie dingen gaan gebeuren door AI. Zoals snellere diagnoses in de zorg, de ontwikkeling van nieuwe medicatie. Het feit dat criminelen er ook mee aan de haal gaan vind ik eng.'

'IK DENK DAT KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE GAAT AFNEMEN, WE ZULLEN ZELF WEER MOETEN NADENKEN. JE KUNT ER MAAR BETER VROEG MEE BEGINNEN.'



Jan Smit

WAT IS JOUW EERSTE GEDACHTE BIJ HET WOORD KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE?

'Ik heb er al best veel over gelezen en wat mij behoorlijk tegenstaat is het enorme energiegebruik van AI. Verder ben ik nogal bang voor allemaal nepnieuws.'

WELKE AI-TOEPASSING HEEFT JOU POSITIEF VERRAST?

'Ik moest een PowerPoint presentatie maken voor een workshop: Veilig en Bewust online die we presenteren in De Landerijen samen met de Bieb. Ik vroeg ChatGPT om een leidraad, er kwam een mooie serie uit.'

Zelf kon ik er een complete PowerPoint met dia's van maken, maar na vijf vragen moest ik weer een paar uur wachten om verder te kunnen, hij was alles kwijt. Later de vraag gesteld aan Copilot. Die gaf een prima invulling, maar kon geen dia's fabriceren. Deze heb ik met hulp van Copilot zelf gemaakt.'



XENIA KUIPER: 'PAS ALS JE BEGRIJPT HOE AI WERKT, KUN JE KIEZEN HOE JE HET INZET'

Inspiratieavond op 31 maart in Blokzijl

AI is overal. Van chatbots en slimme assistenten tot toepassingen in de zorg: kunstmatige intelligentie dringt steeds verder ons dagelijks leven binnen. Maar wat betekent dat voor ons als mens? Op 31 maart 2026 geeft Xenia Kuiper in Blokzijl een inspiratieavond waarin ze deze vragen centraal stelt.

'Veel mensen zien AI als iets technisch of afstandelijks,' vertelt Xenia. 'Maar het raakt juist heel persoonlijke thema's: hoe we werken, hoe we zorgen voor elkaar en hoe we keuzes maken in ons leven.'

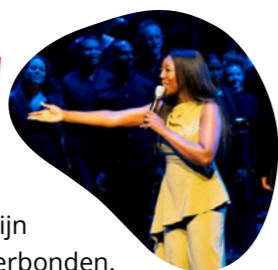
Tijdens de avond laat ze zien hoe AI leert, waarom het soms fouten maakt en hoe je er effectief mee kunt communiceren. Ook bespreekt ze de Europese spelregels rond AI

en de kansen én valkuilen die de technologie met zich meebrengt.

Het wordt geen technisch college, benadrukt Kuiper, maar een gesprek. 'Of je nu nieuwsgierig bent, bezorgd of al ervaring hebt met AI, iedereen is welkom. Want pas als je begrijpt hoe AI werkt, kun je bewust kiezen hoe jij het wilt inzetten.'

MET KORTING NAAR HET THEATER

**A NIGHT OF GOSPEL
MET PEARL JOSEFZOON**
Donderdag 2 april
Steenwijk



Pearl Jozefzoon en gospel zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Tijdens 'A Night of Gospel' staat ze op het podium met een voltallig gospelkoor, ondersteund door een 'full band'. Bij elk concert zingt ook nog een andere topzanger(es) mee, met natuurlijk ook eigen liedjes met een gospelsound. Zo wordt elk concert van 'A Night of Gospel' uniek!

Normale prijs € 29,50
Leden bestellen kaarten met € 5,- korting*.
Gebruik actiecode **LEEFgospel** op **www.demeenthe.nl** of via **0521 514 004**

PA MET ERIC CORTON
Vrijdag 10 april
Emmeloord



Fotografie: Annemieke van der Togt, Photoshop: Ard Gelinck

Een ontroerende, geestige en muzikale solovoorstelling over een vader met dementie. Hij zoekt zijn gitaar, denkt op tournee te gaan en beleeft een fascinerende reis door zijn eigen werkelijkheid. Herkenbaar en aangrijpend.

Normale prijs € 25,-
Leden bestellen kaarten met € 2,50 korting*.
Gebruik de code **LONL** op **www.theater-voorhuys.nl** of via **0527 760 620**

* zolang de voorraad strekt. Korting geldt niet op al verkochte kaarten.

WIN MET DEZE DOORSTREPER!

Streep alle woorden in de doorstreper weg. De overgebleven letters vormen een zin. Mail de oplossing vóór 1 april 2026 naar info@uwledenvereniging.nl onder vermelding van naam én lidnummer. Onder de inzendingen verloten we twee Quantum 2-in-spellen van SmartGames. Met dit uitdagende spel dat je alleen speelt, verbeter je je concentratievermogen, logisch denkvermogen, planning, probleemoplossend denken en ruimtelijk inzicht.



V	A	S	E	I	S	S	E	R	G	E	R	E	S	E
O	C	E	M	T	I	R	O	G	L	A	I	I	I	A
O	I	C	H	I	P	E	A	L	L	T	I	T	X	S
R	G	S	M	C	D	S	E	N	A	M	A	C	A	S
S	O	D	Y	R	S	E	E	S	A	C	E	U	T	I
P	L	S	A	N	U	I	I	M	I	L	S	R	N	S
E	K	A	S	T	T	L	M	F	A	I	Y	T	Y	T
L	W	E	R	E	A	H	I	T	M	N	E	S	S	E
L	A	I	I	M	C	S	E	U	I	R	T	N	E	N
I	V	B	I	N	S	O	L	T	F	R	O	I	R	T
N	D	T	E	A	H	A	R	A	I	A	O	B	E	N
G	P	K	L	L	T	C	C	P	J	S	E	G	O	K
O	O	C	D	I	F	E	E	D	B	A	C	K	L	T
T	E	G	E	N	E	R	A	T	I	E	F	H	N	A
K	T	E	I	T	N	E	G	I	L	L	E	T	N	I

ALGORITME	FEEDBACK	OPTIMALISATIE	SYNTHETISCH
ALGORITMISCH	GENERATIEF	PROCESSOR	TECHNIEK
ANALYSE	INSTRUCTIE	REGRESSIE	TOKEN
ASSISTENT	INTELLIGENTIE	ROBOT	VIRTUEEL
CHIP	INTERFACE	SEMANTIEK	VOORSPELLING
CLASSIFICATIE	LABEL	SIMULATIE	WAARDE
DATA	LOGICA	SYNTAXIS	

Oplissing

COLOFON

LEEFtijd is een uitgave van Ledenvereniging Oude en Nieuwe Land.

Mr. Zigher ter Steghestraat 9, 8331 KG Steenwijk.

info@uwledenvereniging.nl, 0521-53 98 93, www.uwledenvereniging.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd zonder voorafgaande toestemming van de redactie.

Aan de inhoud kunnen geen rechten worden ontleend.

Redactie en fotografie: Ledenvereniging Oude en Nieuwe Land.
Interview en vormgeving: Flow Media.

Ledenvereniging Oude en Nieuwe Land werkt nauw samen met Zorggroep Oude en Nieuwe Land.

Het lidmaatschap van de ledenvereniging is voor de duur van een kalenderjaar en geldt per huishouden.

De contributie is € 15,- per jaar. Bij automatische incasso betaal je slechts € 12,50. Je kunt je op elk moment van het jaar aanmelden.

Als bewijs van jouw lidmaatschap ontvang je een ledenpas. Opzeggen voor het volgende jaar dient vóór 1 november van het lopende jaar schriftelijk te gebeuren.

Bezoek voor aanmeldingen lidmaatschap of adreswijzigingen onze website of neem contact op met de ledenadministratie door te bellen met 0521 539 893 of te mailen naar info@uwledenvereniging.nl

Bekijk het totale dienstenaanbod op www.uwledenvereniging.nl of kijk op onze Facebookpagina.

LEEFtijd is een uitgave van Ledenvereniging Oude en Nieuwe Land en verschijnt drie keer per jaar.

AGENDA

KIJK VOOR HET COMPLETE AANBOD EN UITGEBREIDE INFORMATIE EN AANMELDEN OP WWW.UWLEDENVERENIGING.NL/AGENDA. BIJ VOORKEUR AANMELDEN VIA DE WEBSITE.



KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE MET XENIA KUIPER

31 maart 2026, 20.00 uur, inloop 19.30 uur.

De Ploats, Blokzijl



Xenia Kuiper biedt een toegankelijke en inspirerende blik op kunstmatige intelligentie. Ze laat zien wat AI is, hoe het leert en waarom het soms fouten maakt. Samen verkennen we de relatie tussen mens en machine, Europese regelgeving en praktische toepassingen in werk, zorg en dagelijks leven. Het is geen technisch praatje, maar een gesprek over hoe je bewust kunt omgaan met een technologie die overal aanwezig is. Bezoekers worden ontvangen met koffie/thee.

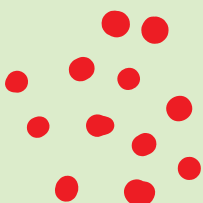
Leden: gratis
Niet leden: € 10,-

DAGTRIP THEEFABRIEK

7 april 2026, opstappen in de loop van de ochtend, aan het einde van de middag zijn we weer terug. Opstappen in Steenwijk en Emmeloord

We bezoeken het Theemuseum in Groningen. Tijdens dit gezellige en leerzame uitje ontdekken we de wereld van thee en genieten we samen van een lunch op locatie. Een inspirerende dag, met ruimte voor ontmoeting, ontspanning en smaakvolle verhalen.

Leden € 36,- p.p.
Niet leden € 50,- p.p.



MOBILITEITSDAG BIJ MAXVITAAL

9 april 2026, van 9.30 tot 18.00 uur

Wandel binnen bij MaxVitaal voor gratis proeflessen op scootmobiel, driewiel fiets en elektrische rolstoel, gratis mobiliteitscheck van bijv. de rollator en exclusieve ledenkortingen op rollators, rolstoelen en nog veel meer.

FOKKE HOEKSTRA ZINGT LENNAERT NIJGH IN DE BOTTERSCHUUR OP URK

16 april 2026, 10.30 en 14.30 uur.

Botterschuur op Urk

Fokke Hoekstra zingt in de Botterschuur liederen van Lennaert Nijgh en vertelt over zijn leven en band met Urk. Bezoekers krijgen koffie of thee vooraf en versgebakken kibbeling na afloop. Het optreden duurt een uur.

Leden: € 18,- p.p.
Niet leden: € 26,- p.p.



NOG GEEN LID?

Profiteer voor € 15,- per huishouden per jaar (met een automatische incasso €12,50) van korting op o.a. aanvullende zorgverzekering en sportschool, de uitleen van loophulpmiddelen, onze activiteiten en draag bij aan het Stimuleringsfonds.

AANMELDEN:

Aanmelden gaat gemakkelijk via de website www.uwledenvereniging.nl of de QR-code naar de aanmeldpagina.



Ledenvereniging
Oude en Nieuwe Land