

# Veenendaal in Beweging

Wij helpen u met het zetten van de eerste stap!

Binnen Eerstelijns Samenwerking Veenendaal werken verschillende zorgverleners samen aan het verbeteren van de zorg en daarmee, indirect, aan het verbeteren van de gezondheid van haar patiënten. Binnen het samenwerkingsverband ligt de nadruk op het ontwikkelen van zorgprogramma's, het delen van kennis en op innoveren.



**Eerstelijns Samenwerking Veenendaal**  
Appelvink 1  
3906 AD Veenendaal

[www.eerstelijnsamenwerking.nl](http://www.eerstelijnsamenwerking.nl)

*Bewegen onder begeleiding  
van een professionele  
wandelcoach!*

EERSTELIJNS SAMENWERKING  
VEENENDAAL



Gratis!

# Wandelen voor een betere gezondheid!



## Wilt u meer bewegen?

Eerstelijns Samenwerking Veenendaal helpt u graag met het zetten van de eerste stap!

**En nodigt u van harte uit om mee te doen aan het gratis wandelprogramma 'Veenendaal in Beweging'.**

## Wat houdt het programma precies in?

Onder begeleiding van een professionele wandelcoach wandelt u 16 weken lang, één uur per week, mee in een van onze wandelgroepen.

**Vooraf aanmelden is noodzakelijk\***

Ons beweegprogramma is speciaal ontwikkeld voor mensen met chronische gezondheidsproblemen zoals bijvoorbeeld COPD.

Onze zorgverleners helpen u graag met het verbeteren van uw gezondheid. Daarom wandelt met regelmaat één van onze zorgverleners - bijvoorbeeld een huisarts, psycholoog of fysiotherapeut - mee met de groep. Voor of na het wandelen leggen zij via een korte presentatie aan u uit **waarom bewegen goed voor u is!**

**Meld u aan en ervaar het zelf!**



## \*Doet u mee?

Aanmelden kan via de mail van de wandelcoach: [info@bijspringen.nl](mailto:info@bijspringen.nl)

Ontvangt u graag meer informatie over ons wandelprogramma? Vraag hiernaar bij uw eigen zorgverlener (uw huisarts, longverpleegkundige of fysiotherapeut).