

Veenendaal in Beweging

Wij helpen u met het zetten van de eerste stap!

Binnen Eerstelijns Samenwerking Veenendaal werken verschillende eerstelijns 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.



Bewegen onder begeleiding van een professioneel wandelcoach!

Eerstelijns Samenwerking Veenendaal
Appelvink 1
3906 AD Veenendaal

www.eerstelijnsamenwerking.nl

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!

Wij nodigen u daarom uit mee te doen aan ons 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 onze wandelgroep. Ook wordt u gecoacht om naast deze wandelsessies meer te bewegen. Zo werken we samen aan een actievere levensstijl en verbetert u uw gezondheid! U kunt in principe iedere donderdag instromen. Vooraf aanmelden is noodzakelijk*.

Het beweegprogramma wordt o.a. ingezet bij patiënten met COPD. COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) is een verzamelnaam voor verschillende chronische aandoeningen aan de longen. Voor mensen met COPD is het belangrijk om achteruitgang van de conditie te voorkomen.

Onze zorgverleners helpen u graag met het doorbreken van gewoontes en het vergroten van bewustwording. Daarom zal met regelmaat één van onze zorgverleners (zoals een huisarts, psycholoog, praktijkondersteuner of fysiotherapeut) meewandelen en via een korte presentatie aan u uitleggen **waarom bewegen goed voor u is!**

Meld u aan en ervaar het zelf!



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

Wilt u meedoen? Aanmelden kan via de mail van de wandelcoach (info@bijspringen.nl). Hij heeft bovendien zicht op het eerstvolgende instroommoment.