

LONGPUNT Culemborg

ENERGIE

Woensdag 8 oktober

Bolderburen

10.30 - 12.15 uur



Programma:

- 10.15 inloop met koffie,
- 10.30 aanvang programma

Thema: Voeding, bereiding en energie

- De diëtist vertelt u over belangrijke voedingsstoffen in relatie tot uw longaandoening. Welke voeding geeft energie?
- We maken een start met de stappen van maaltijdbereiding onder het genot van een kopje koffie of thee.
- De ergotherapeut geeft u tips en tricks om om te gaan met uw energie bij het bereiden van een maaltijd.
- In groepjes gaan we een lunch bereiden onder begeleiding van de diëtist en de ergotherapeut. Vervolgens eten we de maaltijd met elkaar en wisselen we ervaringen uit.

Inschrijven deelname Longpunt is noodzakelijk i.v.m. inkoop en bereiden maaltijd. Scan de QR code. Of neem contact op met één van de organiserende praktijken (z.o.z.)



De combinatie van sprekers en doeners, zorgen weer voor een ochtend waarin we kennis opdoen gaan combineren met het doen van leuke activiteiten. Een zo gezond en actief mogelijk leven voor iedereen, ook voor mensen met longproblemen. Dat beogen we met het LongPunt.

Bent u er ook bij?
U bent van harte welkom!

Tijdens het LongPunt is er alle ruimte om vragen te stellen. U kunt lotgenoten en mantelzorgers ontmoeten.

Denk mee over het programma van volgend jaar! Waar heeft u behoefte aan?



Meer informatie:



Longfonds
www.longfonds.nl
(033) 434 1212



Logopedie Culemborg
www.logopedieculemborg.nl
(0345) 52 11 22



Diëtist Laura van Beurden
www.lauravanbeurdendietist.nl
06-38755494



Ergotherapie Veerkrachtig
www.praktijkveerkrachtig.nl
06-55 08 86 25



FysiovdBerge
www.fysiovdberge.nl
(0345) 510015