

INVULFORMULIER KENNISBANK

Titel Lezing 'Gezond bewegen en meer...'

Omschrijving

Deze lezing werd gegeven door fysiotherapeut Maikel Janssen en ergotherapeut Evie Aarts. Er werd door de fysiotherapeut voornamelijk ingegaan op het belang van bewegen om zolang mogelijk actief en zelfstandig te kunnen blijven. De ergotherapeut liet ons zien en kennismaken met de mogelijkheden van handtherapie om zolang mogelijk een goede handfunctie te behouden bij kwalen zoals artrose, het tunnelsyndroom, trigger finger enz.

Soort

- Lezing **X**
- Workshop
- Excursie
- Presentatie
- Anders, namelijk:

Deze activiteit valt onder het thema

- Zingeving (geloof, persoonlijke ontwikkeling, zelfreflectie)
- Cultuur en natuur (kunst, landschap, dieren, reizen, landen, geschiedenis)
- Vrouw (emancipatie, man/vrouw, relaties)
- Ouder worden (zorg, lichaam, kwaaltjes, advies bij ouder worden) **X**

Regio

- Noord-Limburg
- Midden-Limburg **X**
- Zuid-Limburg

Duur +/- 1,5 uur

Wat vonden jullie van deze activiteit?

Pluspunten, minpunten.

De sprekers waren heel spontaan en bevlogen. Ze deden het geweldig met ondersteuning van een mooie PowerPoint presentatie. Ze hadden zich kortom heel goed voorbereid. De leden waren enthousiast over de informatie, hier kon iedereen wat mee. Zie vooral ook onze website met verslag en foto's van deze avond: zijactief limburg.nl/afdeling/leeuwen

Contactgegevens afdeling/organisator

Voor meer informatie.

- Naam: Yvonne de Groot
- Afdeling: ZijActief Leeuwen
- E-mailadres: zijactiefleeuwen@gmail.com
- Telefoonnummer: 06 38003661

Contactgegevens spreker

Voor boeken en reserveren.

- Naam:
- Adres: Maikel Janssen
- Woonplaats:
- E-mailadres: maikel@fit-fysio.nl
- Telefoonnummer:
- Beschikbaarheid: In onder overleg
- Benodigheden: Beamer en scherm, microfoon indien aanwezig.