

# Programma Gezondheidsdag 2018

Vrijdag 27 juli 2018

10.00 – 16.00 uur

Buurthuis Gein, Wisseloord 83, 1107 NB Amsterdam Zuidoost



	10.00	10.30	11.00	11.30	12.00	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00
<b>BEGANE GROND</b>													
<b>Entree en Foyer</b>	Inloop												
<b>Foyer</b>	Leestafel met informatiemateriaal om mee te nemen Vertoning animatiefilmpjes o.a. Bewegen, Gezonde voeding, Voedsel verspilling												
<b>Huiskamer</b>	Ontvangst en wegwijs dagprogramma												<b>Evaluatie en afsluiting</b> Na het invullen van het evaluatieformulier ontvangen bezoekers een leuke attentie
	Wandelgroep de Verbinding Voeding Oostwoud	Inschrijving wandelgroepen in de wijk en Diabetes Challenge 29 september in het Olympisch Stadion											
<b>Zaal 1</b>	Health Checks - bloeddrukmeting, glucosemeting, val preventie, BMI bepaling en vaststellen van het lichaamsgewicht												
<b>Zaal 2</b> Diëtiste Sandra Brug			Workshop - Het effect van gezonde voeding en bewegen bij Diabetes Mellitus type 2						Workshop - Het effect van gezonde voeding en bewegen bij Obesitas				
<b>BOVEN VERDIEPING</b>													
<b>Zaal 1</b> Stichting Kanker Lotgenoten en stichting Mamarosa					Workshop - Borstkanker, voorkomen is beter dan genezen				Workshop - Borstkanker, voorkomen is beter dan genezen (herhaling van 11.00 uur)				
<b>Zaal 2</b> Stichting Mama en Papa Care			Workshop - Omgaan met stress					Workshop - Het gebruik van Slaap- en kalmeringsmiddelen, zin of onzin?					
<b>Terras</b>	Buurtbewoners in gesprek in een informele sfeer onder genot van een kopje koffie, thee of een beker met gekoeld water												

<b>Extra mededeling:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>HIV TEST WEEK 2018</b> Met HIV kan je lang en gezond leven, maar alleen als je weet dat je het hebt! Laat je nu testen, gratis, vertrouwelijk en gelijk de uitslag.</li> <li>■ <b>Gratis HIV Sneltest op:</b> Vrijdag 20 en 27 juli van 14.00 tot 15.00 uur. U kunt zich aanmelden bij de balie.</li> </ul> <p><b>Locatie:</b> Gezondheidscentrum Reigersbos, Schonewoerdstraat 7, 1107 GA Amsterdam zuidoost</p>
--------------------------	---