



SIMUD

Stichting Instituut voor Multiculturele Dienstverlening

UITNODIGING VOORLICHTINGSBIJEENKOMST FYSIEKE GEZONDHEIDSZORG!

Zorgen voor onze gezondheid begint bij onszelf. Voorlichting kan helpen om goed met onze gezondheid om te gaan. Wanneer we ouder worden, verandert er veel in het leven en ontstaan nieuwe vragen over gezondheid. Daarom verzorgt SIMUD op **donderdag 12 september 2019** een voorlichtingsbijeenkomst over risicofactoren bij overgewicht, cholesterol, hoge bloeddruk en diabetes mellitus. Daarnaast worden de meest voorkomende hart- en vaataandoeningen besproken.

Deze voorlichting wordt verzorgd door dr. Henrieke Struijk, internist-nefroloog i.o. bij het Amsterdam UMC.

Tijdens deze voorlichtingsbijeenkomst wordt ook gezonde voeding voor ouderen besproken door Sylvia Overmeer, diëtiste bij Stichting Dianet. Met behulp van een aantal voedingstesten krijgt u tijdens dit onderdeel meer zicht op wat u zou kunnen doen om gezonder te eten en te leven.

Datum: Donderdag 12 september 2019

Inloop: 14.00 uur

Start: 14.30 tot 16.30 uur

Locatie: Wijkcentrum Kormelink

Adres: Kormelinkweg 1, 1104 NP Amsterdam