

WereldReumaDag

Zaterdag 13 oktober 2018

In het kader van WereldReumaDag willen wij u uitnodigen voor een leerzame middag.

Locatie	Auditorium, Medisch Centrum Leeuwarden Henri Dunantweg 2, 8934 AD Leeuwarden
Organisatie	Reumapatiëntenvereniging Leeuwarden e.o.
Sprekers	Annemarie Schilder, reumatoloog MCL Rineke Rumph, verpleegkundig reumaconsulent MCL Sjoukje van de Veen, psychosomatisch fysiotherapeut TIGRA Ina van der Woude, handergotherapeut, Hand & Polstherapie Centrum
Stands	Hulpmiddelencentrum, Buurtzorg, Shiatsu therapie, Voetzorg en FES

Programma

- 13.00 Inloop en welkom door Geke van der Lecq, voorzitter RPV Leeuwarden e.o.
- 13.30 **Annemarie Schilder**, reumatoloog MCL
Onderwerp **ARTROSE**
- Wat is artrose en hoe stel je het vast
 - Belang van foto's
 - Waarom geeft artrose (soms) pijn
 - Artrose en overgewicht
- 13.55 **Rineke Rumph**, verpleegkundig reumaconsulent MCL
Onderwerp **HEALTHY AGEING**
- Wat is healthy ageing
 - Wat is positieve gezondheid
 - Belang van eigen regievoering m.b.t .de eigen gezondheid
- 14.20 **Pauze**
Gelegenheid bezoeken stands
- 14.55 **Sjoukje van de Veen**, psychosomatisch fysiotherapeut TIGRA
Onderwerp **BELANG VAN DE BALANS**
- Belang van evenwicht tussen belasting en belastbaarheid
 - Wisselwerking tussen psyché en lichaam
 - "Oefenen"
- 15.20 **Ina van der Woude**, handergotherapeut, Hand & Polstherapie Centrum
Onderwerp **HAND EN POLSTHERAPIE**
- Invloed stand van de gewrichten op pijn tijdens gebruik van de handen
 - Gebruik van hulpmiddelen en "ergonomisch" gereedschap
 - Wanneer en hoe spalken gebruiken
- 15.45 – 16.30 Gelegenheid bezoeken stands en natuurlijk netwerken

U bent van harte welkom en als u wilt komen dan graag even doorgeven aan:

Elly van den Bos, tel. 0517 3936 14 of per mail aan: ellyvdbos@home.nl

Geke van der Lecq, tel. 058 2120 206 of per mail aan: gekevdl@hotmail.com