



## Diabetescafé in Assen

- Datum:** Dinsdag 12 maart 2019
- Locatie:** Paramedics, Bremstraat 21 Assen
- Tijd:** 19.30 – 21.30 uur
- Thema:** **Gewoon Bewegen**

Vind jij het ook zo lastig om regelmatig te bewegen? Hoe motiveer je jezelf? Hoe zorg je ervoor dat je toch voldoende beweegt als je dat moeilijk vindt?

Diabetesvereniging Nederland, regio Drenthe, organiseert in samenwerking met Paramedics en het diabetes-team van het Wilhelmina Ziekenhuis een Diabetescafé in Assen.

We gaan met elkaar in gesprek, delen ervaringen en vanuit Paramedics en het diabetes team van het WZA zijn deskundigen aanwezig om toelichting te geven en vragen te beantwoorden over hoe je door gewoon te bewegen toch resultaat kunt behalen voor een betere gezondheid.

Toegang is gratis, ook voor niet leden.  
In het café wordt alleen koffie/thee geschonken.

### **Informatie en aanmelding:**

Gerda van der Velds

E-mail: [gerdavandervelds@ziggo.nl](mailto:gerdavandervelds@ziggo.nl)

Tel. nr.: 06 – 13406719