

10.000 stappen

Na het succes van vorige jaren zal in 2018 het project '10.000-stappen' opnieuw van start gaan. Wandel jij graag met ons mee? Dan kan je alvast volgende data in jouw agenda noteren:

Vertrekplaats

| | |
|--------------|------------------------------------|
| 5 april | Aardeken parking |
| 19 april | Veerstraat, Sint-Anna Kerk |
| 3 mei | Heiende Kerk |
| 17 mei | Basisschool Staakte |
| 31 mei | Bezoekerscentrum Molsbroek |
| 14 juni | Apotheek Spoele |
| 28 juni | Kapel Lammeken 32 |
| 12 juli | Kerkhof, Bleekmeerstraat |
| 26 juli | Sint-Anna kapel Heirbrug |
| 23 augustus | Café De Standaard, Oude Heerweg 34 |
| 6 september | Daknam Dorp , aan de kerk |
| 20 september | AVEVE centrum , Eksaardebaan |

Steeds op donderdag
Vertrek: 14u
Duur: 1 uur



gezondheidscentrum

LOKEREN



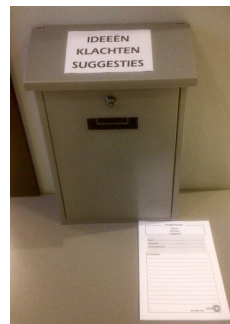
bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

NIEUWSBRIEF 9 – FEBRUARI 2018

Welkom

Twee jaar geleden voltooide **dr. Thijs Suy** zijn eerste jaar als HAIO (huisarts in opleiding) in het gezondheidscentrum. Sinds september mochten we hem opnieuw verwelkomen en is hij vast in dienst.

Ideeën - Klachten - Suggesties



Vanaf heden staat deze bus aan ons onthaal. U kan hier al uw ideeën, klachten en suggesties voor het gezondheidscentrum in deponeren. We kijken uit naar uw meldingen!

Telefonisch contact huisarts

U kan tijdens onze openingsuren bellen voor uw onderzoeksresultaten.

Als u belt voor 17 uur, dan wordt u nog dezelfde dag door uw arts teruggebeld.



Bewegen op verwijzing

Wil je meer bewegen?

Dat kan. Je huisarts helpt je verder!



www.bewegenopverwijzing.be

Wil je meer bewegen, maar weet je niet hoe?
Of heb je geen zin of tijd?

Je huisarts kan je doorverwijzen naar een **bewegen op verwijzing-coach** die ook in het gezondheidscentrum geconsulteerd kan worden. De coach stelt samen met jou een beweegplan op, dat past bij jou en je leven. Hij helpt je op weg en motiveert je.

Vroedvrouw



Ben je zwanger of net bevallen? Gefeliciteerd!

Er komt heel wat op je af, je hebt wellicht veel vragen en er wordt van alles geregeld. Een professionele en persoonlijke begeleiding hierbij is welkom.

In het gezondheidscentrum kan je terecht bij een vroedvrouw van vroedvrouwenpraktijk **Vita Nova**.

Meer info kan je bekomen bij je huisarts of aan ons onthaal.

Workshop 'Lekker DiabetEN'



In het kader van Wereld Diabetes Dag op 14 november hebben we in het gezondheidscentrum wat extra aandacht besteed aan onze diabetespatiënten.

Op dinsdag 12 december ging er in ons centrum een workshop door waar geïnteresseerden lekkere hapjes konden maken samen met onze diëtiste Kim en verpleegkundige Ellen.

Daarna is er door hen meer informatie gegeven over de nieuwe voedingsdriehoek, aanpassing rijbewijs voor diabetespatiënten, zorgtraject en zoveel meer.



Rookstop 2017



In het najaar 2017 zijn we terug van start gegaan met ons rookstopprogramma in samenwerking met tabakoloog Peter Van Bockstael.

Door het succes zal deze verder worden herhaald. Meer info volgt nog in een volgende nieuwsbrief, op de website en in de wachtzaal.