

2018

# Ontmoet elkaar bij Longpunt Alkmaar

Longpunt is dé ontmoetingsplek die het Longfonds organiseert voor longpatiënten, hun omgeving en zorgverleners.



**Strijd mee  
voor gezonde lucht  
en gezonde longen**

## Programma (onder voorbehoud)

4e dinsdag van de maand, 14.00-16.00 uur, zaal open vanaf 13.30 uur

### **20 februari** Nieuwe ontwikkelingen en ziektebeeld longaandoening

let op! 3e dinsdag *W. Burgersdijk, longarts NWZ*

### **27 maart** Gezonde voeding en gebruik van supplementen

*A. Ouwerkerk, Diëtiste*

### **24 april** Met een longziekte op vakantie

*I. Weemhoff, verpleegkundig specialist chronische longziekten*

### **25 september** Bewegen met minder energie & ademhalingsoefeningen

*M. Faro, Fysiotherapeut*

### **23 oktober** Intimiteit bij longproblemen

*A. de Visser, Seksuoloog*

### **27 november** Zelfmanagement, wat kan je zelf doen en hoe doe je dat

*V. van Vliet, Huisarts*

---

## Locatie

Wijkcentrum Mare Nostrum, Arubastraat 2, 1825 PV Alkmaar

Bereikbaar: stadsbus 2 (richting Daalmeer), uitstappen halte: Laan van Bath

Gratis parkeren

### Gratis deelname!

Meer informatie en aanmelden via 072-527 27 00 of  
registratie@honk.nu, [www.honk.nu](http://www.honk.nu)

[noordhollandnoord.longfonds.nl](http://noordhollandnoord.longfonds.nl)

Wij verzoeken u om tijdens deze bijeenkomsten geen geurtjes te gebruiken.



**Longpunt. voor longpatiënten en hun omgeving**