

Uitnodiging - webinar

Online Informatieavond over Leefstijl

Met huisartsen en specialisten uit uw regio!

Wilt u zich fitter voelen, beter slapen of meer grip krijgen op uw gezondheid? Kleine veranderingen in leefstijl kunnen al een groot verschil maken. Tijdens deze online informatieavond krijgt u praktische tips én kunt u al uw vragen stellen aan zorgprofessionals uit de regio Eindhoven.



Maandag
23 maart 2026



19.00 – 20.00 uur



Online webinar
Vanuit uw eigen plek

Wat kunt u verwachten?

- Korte, duidelijke filmpjes over verschillende leefstijlonderwerpen (ca. 15 minuten totaal)
- Mogelijkheid om tijdens het webinar via de chat vragen te stellen
- Een open gesprek over voeding, beweging, ontspanning, verbinding, middelen en slaap
- Antwoorden en uitleg van huisartsen en specialisten uit de regio Eindhoven

Voor wie?

Voor alle inwoners uit de regio Eindhoven-de Kempen die stappen willen zetten richting een gezonder leven — ongeacht leeftijd, conditie of gezondheidsklachten.

Aanwezig tijdens de avond:

- Sjaam Jainandunsing - internist Anna
- Hans van Kuijk – sportarts/leefstijlarts Anna
- Lotte Derksen – huisarts Stroomz
- Shahied Mohamedhoesein - huisarts Stroomz

Aanmelden

Aanmelden is noodzakelijk. U kunt zich [hier](#) aanmelden of scan de QR code. U ontvangt na registratie de deelnamelink via uw e-mail.



We kijken ernaar uit u online te ontmoeten!

