



Osteoporose Vereniging

Programma Bijeenkomst Jong en Osteoporose

Datum: 10 december 2022

Tijdstip: 13.30 – 16.15 uur

Locatie: Seats2meet/Amersfoort CS

Agenda

- | | |
|-----------------|--|
| 13.15-13.30 uur | Inloop |
| 13.30-14.30 uur | Welkom en presentatie dr. Annegreet Vlug, internist-endocrinoloog, Medisch Centrum Jan van Goyen

- Hoe kom je aan een diagnose en een behandeltraject op maat voor jou als jong mens?
- En hoe neem je andere zorgverleners mee in je traject? |
| 14.30-14.50 uur | Pauze met ruimte voor onderlinge kennismaking |
| 14.50-15.30 uur | Ronde ervaringen uitwisselen:
Deelnemers kunnen tijdens de inschrijving voorkeur aangeven voor één van de drie onderstaande onderwerpen:

a. Energiemanagement en hoe krijg je grip op je eigen verwachtingen/eisen t.a.v. de mogelijkheden van je eigen lichaam?

b. Begrip en onbegrip in je sociale en/of werkomgeving en bij zorgverleners: Hoe ga je daarmee om; wat vertel je wel of niet en hoe neem je je (werk) omgeving mee? Wat doe je met tegenstrijdige adviezen?

c. Omgaan met pijn en wervelproblemen en wat mag je nu wel en niet doen met bewegen? |
| 15.30-16.00 uur | Plenaire impressie van iedere groep |
| 16.00-16.15 uur | Gelegenheid tot napraten |