

Doe mee met DOET!

Deventer Oefenprogramma Thuiswonenden;
een programma voor mensen met geheugenproblemen of
dementie die thuis wonen. DOET loopt van april t/m september

Bent u 60 plus en...

- kunt u zelfstandig lopen? (eventueel met rollator of stok)
- bent u af en toe vergeetachtig of ervaart u geheugenproblemen?
- wilt u meer bewegen en advies over voeding?

Meld u dan direct aan voor DOET!





Foto: Ewout Staartjes

DOET start weer in april 2019. Voldoende bewegen en de juiste voeding zijn erg belangrijk voor uw hersenen! Ook de natuur heeft een positieve invloed op uw gezondheid en is onderdeel van het programma. Deelnemers uit vorige jaren zijn erg tevreden over DOET en waarderen het programma met een dikke 8. DOET u ook mee?

DOET is een programma van een half jaar. U gaat drie keer per week bewegen. Dit doet u twee keer per week in een vaste groep, onder begeleiding van een fysiotherapeut. U oefent bij een sportvereniging en in de bossen van Stichting IJssellandschap. Daarnaast oefent u één keer per week thuis met uw naaste of een vrijwilliger. Ook is er uitleg over goede voeding en het belang hiervan.

Deelname aan DOET kost u Euro 15,- per maand. Dat is inclusief vervoer, het beweegprogramma, maximaal 4 huisbezoeken van de fysiotherapeut / ergotherapeut en advies over voeding door een diëtist.

Op <https://zorggroepsolis.nl/doet> vindt u informatie over DOET 2019. De intakegesprekken en screening vinden in maart 2019 plaats.

Wilt u uzelf, uw naaste/relatie aanmelden of heeft u vragen?

U kunt contact opnemen met de afdeling Cliëntbemiddeling via tel.: (0570) 698 298 of email: clientbemiddeling@zorggroepsolis.nl

DOET wordt mede mogelijk gemaakt door:

