

Gezonde Huiskamer parkeert in Stadskanaal

Wil je weten hoe fit je bent?

Kom naar de meest gezellige huiskamer van Noord-Nederland. Doe een gratis leefstijlcheck en krijg een snack!

Di 8 okt 10.00-18.00 uur, (Voor) het Gemeentehuis, Raadhuisplein 1, Stadskanaal

Woe 9 okt 10.00-18.00, (Voor) het Gemeentehuis, Raadhuisplein 1, Stadskanaal

Do 10 okt 10.00-18.00, (Voor) het Gemeentehuis, Raadhuisplein 1, Stadskanaal

Van 8 tot en met 10 oktober komt de 'Gezonde Huiskamer' naar Stadskanaal. Op het plein voor het gemeentehuis kan iedereen die dit wil een leefstijlcheck doen, praten over hoe en waar je oud wilt worden en tips krijgen over manieren om je gezondheid in kleine stappen te verbeteren. Je kunt langskomen tussen 10.00 en 18.00 uur, er zijn geen kosten aan verbonden en alle informatie wordt vertrouwelijk behandeld. Dus kom naar deze uit de kluiten gewassen camper, de koffie staat klaar.

Bij de leefstijlcheck hoort een korte vragenlijst en worden onder meer gewicht, BMI en knijpkracht gemeten. Deelnemers krijgen een persoonlijk advies mee naar huis. Het doel van de Gezonde Huiskamer is om op een laagdrempelige manier in gesprek te gaan met mensen over gezondheid en in beeld te brengen hoe de omgeving kan bijdragen aan meer gezonde jaren. Bij dit laatste kan gedacht worden aan openbaar groen om te bewegen, initiatieven om samen te bewegen, maar ook aan een buurthuis waar je koffie drinkt en bijpraat met wijk-of buurtgenoten. De uitkomsten van de vragen over de woonomgeving worden op donderdag 10 oktober vanaf 16 uur gedeeld met de inwoners en de gemeente, zodat duidelijk wordt weet wat er leeft en waar actie op ondernomen kan worden. Iedereen is van harte welkom om deze bijeenkomst bij te wonen.

De Gezonde Huiskamer is onderdeel van de Healthy Ageing Week die van 4 tot en met 13 oktober in de provincie Groningen plaats vindt. In deze week zijn er activiteiten voor jong en oud die te maken hebben met gezond ouder worden en je (on)gelukkig voelen.

De Gezonde Huiskamer is een initiatief van het UMCG, de Gemeente Groningen, de Rijksuniversiteit Groningen (Aletta Jacobs School of Public Health) en het Healthy Ageing Netwerk (HANNN). Het project wordt mede mogelijk gemaakt door EIT Health, een Europees gezondheidsnetwerk ondersteund door de EU.

Vorig jaar stond een grotere variant van de gezonde huiskamer op de Grote Markt in Groningen en deden ruim 350 inwoners een leefstijlcheck. Uit de gesprekken bleek onder meer dat mensen niet alleen geïnteresseerd zijn in de eigen gezondheid, maar ook graag willen praten over wonen, sporten, stress, stoppen met roken, en andere zaken die invloed hebben op gezondheid. Daarom gaat de Gezonde Huiskamer nu de provincie in, per bus, zodat meer mensen bereikt kunnen worden. In eerste instantie rijdt de Gezonde Huiskamer rond tot en met eind november, maar bij voldoende belangstelling rijdt hij misschien nog wel een tijdje verder.