Twee partners van Gezond010 die onderdeel zijn van de satelliet Gezond Verkoopt delen vanuit verschillende perspectieven informatie over dit thema. Daar is ook ruimte voor eigen inbreng. We sluiten de middag af met een inspirerende rondleiding door het Experience Center van Van Gelder Groente & Fruit, de locatie van die middag.

Nieuwsgierig? Meld je nu aan via*gezond010@greendish.org*

Programma

* 14.30 uur: Welkom
* 14.40 uur: Interactief programma: ervaringen delen gezonde voeding tijdens de feestdagen
* 15.00 uur: Theorie gezonde voeding, door Diëtistenpraktijk HRC
* 15.15 uur: Theorie duurzame voeding, door Greendish
* 15.30 uur: pauze
* 15.45 uur: rondleiding door het Van Gelder Experience Center
* 16.45 uur: afsluiting

Een ander evenement bijwonen?

Evenementen die interessant (kunnen) zijn voor de partners van Gezond010, delen wij regelmatig via onze [eigen evenementenpagina](https://gezond010.nl/evenementen/).

**Tijd:**10.00 - 12.00 - Lunch tot 13.00

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **09.30** | - | **10.00** | **Inloop** |
| **10.00** | - | **10.05** | **Welkom** [Jan Meijdam](https://www.linkedin.com/in/jan-meijdam-523b742/)BeleidsadviseurGemeente Rotterdam[Merlijn Snijders](https://www.linkedin.com/in/merlijnsnijders/?originalSubdomain=nl)BeleidsadviseurGemeente Rotterdam |
| **10.05** | - | **10.30** | **Waarom gaan mensen roken?**[Inge Merkelbach](https://www.linkedin.com/in/ingemerkelbach/)Health'R |
| **10.30** | **-** | **11.00** | **Roken - Impact op je gezondheid**[Bianca Buijck](https://www.linkedin.com/in/bianca-buijck-13416a7/)Rotterdam Stroke ServiceDr Bianca Buijck is managing director van de Rotterdam Stroke Service. Een netwerk van 16 partijen die zorg, revalidatie behandeling en begeleiding bieden aan mensen die een beroerte hebben doorgemaakt. De kans op een beroerte wordt groter door roken. Door roken worden de vaatwanden beschadigd. De vaten zijn dan ruwer, waardoor cholesterol aan de vaatwanden blijft plakken en de vaten vervolgens dichtslibben.Wanneer iemand stopt met roken neemt de kans op een beroerte weer af. De ziektelast door roken is aanzienlijk. Roken veroorzaakt 9% van de totale ziektelast in Nederland en 19% van alle gevallen van kanker. Bij hartfalen is 1 op de 9 sterfgevallen te wijten aan roken en bij beroerte is 1 op de 14 sterfgevallen te wijten aan roken. In deze presentatie worden de gevolgen van roken op de gezondheid besproken. |
| **11.00** | **-** | **12.00** | **Brainstorm** |
| **12.00** | - | **13.00** | **Lunch & Netwerken** |