



# Workshop 'Rugsteun'

Ik draag zorg voor mijn rug!

## Doelgroep

Toegankelijk voor iedereen die meer aandacht wenst te besteden aan een goede rughygiëne.

## Inhoud

Deze workshop heeft tot doel:

- Opdoen van kennis omtrent de algemene principes en het belang van rughygiëne.
- Stilstaan bij rughygiëne tijdens alle dagelijkse activiteiten zoals zelfzorgtaken, huishoudelijke taken, heffen en tillen, uitvoeren van hobby's, verplaatsingen en bureauwerk.
- Kennis omtrent hulpmiddelen vergroten.

## Kostprijs

Deze workshop duurt minimaal 1,5 uur - maximaal 2 uur.

€ 170 (exclusief wettelijke verplaatsingsvergoeding)

## Aanvragen?

[info@d-aktergotherapie.be](mailto:info@d-aktergotherapie.be)

