

Ssssst... stilte a.u.b.

In onze 24-uurs maatschappij is het werktempo hoog. Stress sluipt snel in ons lichaam en onze (werk)omgeving merkt dit. Pedagoog en kinderyogadocent José Kuijsters heeft een set stiltekaartjes ontwikkeld die de lezer wijst op zijn of haar houding bij drukte en stress. Deze fraai vormgegeven kaartjes zijn in een houdertje verkrijgbaar en leuk als cadeautje voor uzelf of voor een ander. De kaartjes kosten € 7,50 per set (exclusief verzendkosten). www.burocompane.nl



Spierkracht in Linnaeushof

Linnaeushof in Bennebroek, Europa's grootste speeltuin, is weer open voor het publiek. Het komende seizoen staat in het teken van de Stichting Spieren voor Spieren. Deze stichting zamelt geld in voor kinderen met een spierziekte. Linnaeushof gaat Spieren voor Spieren actief steunen. In de speeltuin verschijnt een nieuwe attractie, een negen meter hoge toren met uitzicht over het hele park. Bezoekers gaan aan de voet van de toren in een stoeltje zitten en hijsen zich op eigen spierkracht naar de top. Linnaeushof maakt voor iedere bezoeker die de top bereikt een bijdrage over naar Stichting Spieren voor Spieren. De speeltuin is geopend tot en met 4 oktober. Meer informatie: telefoon (023) 584 76 24. www.linnaeushof.nl

Kent u uw rechten in de zorg?

Veel mensen weten niet dat ze rechten hebben als ze zorg ontvangen. Maar als patiënt hebt u juist véél rechten. Zoals het recht op duidelijke informatie. Daarom staat 18 april 2009 in het teken van de rechten van patiënten. 'Zorgbelang Nederland', organiseert op die datum de eerste Nederlandse versie van de Europese dag van de rechten van de patiënt. De afgelopen weken hebben de Zorgbelangorganisaties samen met de patiënten- en consumentenfederatie NPCF een meldactie patiëntenrechten gehouden. Daarbij kon iedereen zijn of haar ervaringen doorgeven. Ook werd een aantal regionale debatten georganiseerd. Op 18 april is het afsluitende, landelijke debat in 'de Rode Hoed' in Amsterdam. U kunt kaarten reserveren via www.derodehoed.nl. Voor meer informatie over de debatten en de meldactie kunt u bellen met (026) 384 28 22. Of kijk op www.zorgbelang-nederland.nl.