

Beste iedereen,

17 april 2020

We zijn inmiddels alweer wekenlang in quarantaine en het blijft nog onduidelijk tot hoelang dit nog zal duren. Inmiddels hebben we vanuit de praktijk de meeste mensen voorzien van hun eigen online oefenprogramma. Ook behandelen we veel mensen via video consulten. Dat is even wennen maar toch ook heel prettig werken in deze omstandigheden. De noodzakelijke zorg en spoedzorg verlenen we aan huis of op de praktijk met Persoons Beschermende Middelen, in overleg met de huisartsen en medisch specialisten. **Weerstand!** Juist in deze tijd moeten we in beweging blijven en onze weerstand behouden. Dus niet weken op de bank binnen blijven zitten. Ook wij van Lijf & Leven hebben niet stilgezeten om op dit gebied wat te gaan betekenen. Met deze mail willen wij jullie op de hoogte stellen van al onze diensten online. Alle kanalen zijn gemakkelijk te vinden met zoekterm: Lijf en Leven fit en fysiotherapie.

### **Bezoek de website:**

Hier vindt u onze laatste updates, maatregelen en informatie rondom de praktijk.

<https://www.lijfenleven.com/>

### **Volg ons op Facebook en Twitter:**

Voor de oefenprogramma's, challenges, oefeningen-van-de-week, live Perfect Pilates lessen en meer.

<https://nl-nl.facebook.com/lijfenleven>

<https://twitter.com/lijfenleven>

### **Doe mee op Youtube:**

We hebben voor u verschillende oefenprogramma's gemaakt met o.a. milde en zwaardere oefeningen.

<https://www.youtube.com/channel/UCBI7T8uCDliOaPciSpX3NdQ/videos>

Deze Corona situatie is voorlopig nog niet weg. We blijven proberen te zorgen voor optimaal functioneren en zelfstandigheid van patiënten zodat deze druk wegblijft van de huisartsen en ziekenhuizen. Zodra het kan en mag zullen we onze diensten weer uitbreiden, we houden u op de hoogte!

Mochten er toch nog vragen zijn over de oefenprogramma's, de maatregelen op de praktijk of over bestaande klachten, bel ons! We zijn iedere werkdag telefonisch bereikbaar van 8.30 tot 17.00 uur.

Met hartelijke groeten, houd moed en blijf gezond,

Liesbeth van den Broek, Iris Kollau, Brenda den Besten, Timon Schuurman, Lex Broens, Milan Noordhoek, Dennis Rood, Mathilde Straatman, Robin Mullens, Fleur Kraaijenhagen, Roos-Anna Tukker, Herman Eppink en Ellen Toet. Linda van Oolderen (yoga), Miranda Bekker en Miranda van der Meulen (administratie).

*Lijf & Leven, fit en fysiotherapie*  
Klaphekweg 40  
6713 HN Ede  
T. 0318-642509  
[Info@lijfenleven.com](mailto:Info@lijfenleven.com)

*Lijf & Leven Veen*  
Prins Bernhardlaan 103.  
3905 JA Veenendaal  
T. 0318-769236  
[info.veenendaal@lijfenleven.com](mailto:info.veenendaal@lijfenleven.com)

*Lijf & Leven Vianen*  
Ursulinenhof 1  
4133 DA Vianen  
T. 0347-769019  
[info.vianen@lijfenleven.com](mailto:info.vianen@lijfenleven.com)