

Webinar: Omgaan met astma, hoe doe je dat? • 5  
Wereld Astma Dag • 6 mei 2025

astmaVereniging Nederland en Davos (VND) en Longfonds organiseren op 6 mei Wereld Astma dag het webinar 'Omgaan met astma, hoe doe je dat?'. In samenwerking met de Nederlandse Vereniging van Artsen voor Longziekten en Tuberculose (NVALT) en Long Alliantie Nederland.

**Omgaan met astma, hoe doe je dat?**

Astma is voor iedereen anders en er is geen kant en klare oplossing hoe je met je astma om kan gaan. Toch lopen veel mensen met astma tegen dezelfde uitdagingen aan. Hoe vind je de juiste balans? Wat kun je zelf doen om je leven met astma zo aangenaam mogelijk te maken? En hoe blijf je mentaal gezond? Dit gaat o.a. over keuzes maken, omgaan met je energie en werken aan een gezonde leefstijl. Accepteren wat niet meer lukt en zoeken naar mogelijkheden wat nog wel kan.

Longarts **Debbie van den Bogaert** en ergotherapeut **Remco Blok** gaan tijdens dit webinar in op bovenstaande vragen. Ze geven praktische tips en gaan aan tafel in gesprek met ervaringsdeskundigen over hun uitdagingen om zo goed mogelijk te leven met hun astma.

Wil je erbij zijn? Het webinar 'Omgaan met astma, hoe doe je dat' vindt plaats op **dinsdag 6 mei 2025**. Het begint om **19.30 uur** en duurt een uur. Je kunt er gratis bij zijn.

Meld je aan via [www.wereldastmadagwebinar.nl](http://www.wereldastmadagwebinar.nl), of scan onderstaande QR-code.

