



## 1 VERSLAG GEZONDHEIDSMARKT 2009

---

De Gezondheidsmarkt zaterdag 7 november 2009

Bij het begin van dit kalenderjaar 2009 koos het bestuur van HVL (de Hindoestaanse Vereniging Laakkwartier-Noord) dit jaar tot het jaar van de “Gezonde Voeding”. Het plan werd toen gemaakt om gedurende het hele jaar 2009 op diverse manieren aandacht te vragen voor de gezonde voeding. Daar Laak-Noord sociaal- economisch ingedeeld wordt in een kracht – en achterstandswijk, was deze keus van HVL goed te verdedigen.

HVL bestaat dit jaar 27 jaar en heeft gedurende haar bestaan veel in de wijk en voor haar achterban gedaan. De vereniging is actief en wordt geleid door een 5-mans bestuur. Door samen te werken met andere wijkorganisaties probeert zijn van de stad Den Haag een leuke stad te maken met veel nadruk op welzijn.

Reeds vroeg in het jaar werden deskundigen van GGD gevraagd om lezingen te verzorgen op grote activiteiten van HVL. Het uitdelen van fruit tijdens activiteiten was een andere actie. Ook het testen van de gezondheidsvraagstuk met een vragenlijst behoorde tijdens de viering van het Suikerfeest tot een leuke activiteit. Er waren 2 pakketten te winnen bestaande uit gezonde groenten.

In maart 2009 startte een werkgroep met de voorbereiding van een Gezondheidsmarkt. Diverse malen werd er vergaderd. De keus viel op een markt die de gezondheid vanuit verschillende invalshoeken moest benaderen. Zo zullen er vele informatiekraampjes ingericht worden.

## 2 THEMA'S

---

Onderwerpen die aan de orde komen zijn bv. alcohol en drugs, astma, apotheek, Den Haag op Maat, Buddy Netwerk, diabetici, hyperventilatie, gratis hoge bloeddruk metingen, pedicure, Stichting de Zonnebloem en vele anderen. Verder zullen er vele workshops verzorgd worden: zoals Gezond Wonen, bloed prikken ivm diabetici, kookworkshops, fietsles, cardiofitness, Zumba, Tai Chi, fysiotherapie, DVD presentatie “Vindingrijkheid”, Kickboksen.

## 3 SAMENWERKING

---

Deze gezondheidsmarkt wordt georganiseerd in samenwerking met vele verenigingen en organisaties georganiseerd. Als locatie is gekozen :

Het centrum Laakhage, De Koffiepot, Mosaico Middin, en De Bewonersorganisatie Laakkwartier gelegen aan het Cromvlietplein, Elleboogstraat en de Peilstraat in Laak-Noord. Deze activiteit wordt gehouden op zaterdag 7 november van 12.00 u tot 18.00 uur.