



# Last van je gewrichten?

Blijf bewegen zonder pijn

## Ontdek wat jij zelf kunt doen!

*Leer meer over artrose en gewrichtsklachten*

Heb je last van **stijve knieën, pijnlijke heupen of beginnende artrose**? Of wil je juist voorkomen dat klachten erger worden?

Kom naar de **gratis, interactieve informatieavond** die Gezondheidscentrum Camminghaburen organiseert in samenwerking met orthopedisch chirurg Dr. De Jong en ontdek wat jij zélf kunt doen.

Orthooped chirurg  
**Jan Ide de Jong**



- Nieuwste inzichten
- Tips zonder operatie
- Stel al je vragen



**Woensdag 27 mei 2026**



**19.30 uur** inloop | **20.00 uur** start



MFC Camminghastins (Lieuwenburg 2, Leeuwarden)

**GRATIS TOEGANG – IEDEREEN WELKOM**

Aanmelden via [aanmelden@gc-camminghaburen.nl](mailto:aanmelden@gc-camminghaburen.nl)