



WAGRO-café 27 mei 2015 te Bunnik

Ruim 35 AIO's, waarnemende huisartsen, hidha's en praktijkhoudende huisartsen kwamen op 27 mei naar Lokatie 78 te Bunnik om het WAGRO -café bij te wonen.

Sanne de Jong beet het spits af namens het Wagro bestuur en sprak over waar het bestuur zich zoal mee bezig houdt op dit moment. Onderwerpen als de visitatie en FTO voor waarnemend huisartsen kwamen aan bod.

Vervolgens gaf Bram Tjaden, praktijkhoudend huisarts te Zeist en tevens actief in het geven van Stress reductie trainingen (Mindfulness Based Stress Reduction) aan patiënten en aan artsen, een zeer informatieve presentatie over het beoefenen van Mindfulness. Bewust aanwezig zijn in het hier en nu, van moment tot moment, opmerkzaam, zonder oordeel.

Hij liet ons zien en ervaren door middel van oefeningen hoe dat voelt. Erg waardevol in de vaak hectische werkelijkheid van het (huis)artsenbestaan.

Het was een inspirerende bijeenkomst met veel ruimte voor interactie en praktische tips die zeer goed toe te passen zijn in de hectiek van het dagelijkse bestaan.

Het Wagro-café voor de regio Utrecht wordt drie keer per jaar georganiseerd en biedt een mooie gelegenheid om collega's te ontmoeten en samen na te scholen. Eigen inbreng wat betreft onderwerpen of suggesties zijn altijd welkom!

Tot ziens op het volgende WAGRO-café!

Maartje van Doormaal, Carine Westerweel en Mariska Albracht- van der Linden