



DE NACHTWERKER IN HET ZONNETJE

De Week van de Nachtworke

25 t/m 30
oktober 2026



De zorg voor patiënten gaat altijd door, ook in de nacht. Nachtdiensten zijn vaak mooie diensten. Tegelijkertijd kan langdurig nachtworke ook fysiek en sociaal belastend zijn. In de Week van de Nachtworke zetten we nachtworke in het zonnetje en geven we tips voor hoe je gezond en veilig de nacht door komt.

Deze week besteden we aandacht aan:

- Nachtworke en je biologische klok
- Gezond roosteren en nachtworke
- Nachtworke en bewegen
- Eet je fit in de nacht
- Slaap je fit na een nachtdienst

BEKIJK HET PROGRAMMA OP
WWW.WEEKVANDENACHTWERKER.NL



Voor meer ondersteuning tijdens de nacht, download de Goedenachtapp:



GET IT ON
Google Play



Download on the
App Store

De campagne De Week van de Nachtworke is een initiatief van UMCNL, in samenwerking met SoFoKLeS, de NVZ, StAZ en de Goedenachtapp.



Nederlandse
Vereniging van
Ziekenhuizen

