

Informatieavond

Vitaal Ouder Worden

Deelname is gratis,
inclusief koffie en thee



Wanneer?

Donderdag 7 augustus
19.00 - 21.00

Locatie:

MFC Ubachsberg
De Auw Sjoel
Oude Schoolstraat 33

Aanmelden:

valpreventie@thefactory.nl
06-53998081

Blijf fit, voel je vitaal!

Iedereen wil toch zo lang mogelijk gezond en zelfstandig blijven? Tijdens deze gezellige bijeenkomst ontdekt u hoe u fit en vitaal kunt blijven en hoe u de kans op een val verkleint. U krijgt praktische tips én we gaan samen actief aan de slag.

Doe mee en zet de eerste stap naar een leven vol beweging en zelfvertrouwen!

www.blijfsterkstaan.nl



The MoveFactory



**Hart voor
Voerendaal**