

Informatiemiddag

Borkel & Schaft beweegt



Zaterdag 5 oktober 2024

Aanvang: 13.30 uur

Dorpshuis d'n Teut

Wat is nodig om vitaal te worden, te zijn en vooral te blijven?

Kom het te weten tijdens onze themamiddag over bewegen. We hebben inspirerende sprekers die vertellen over bewegen vanuit verschillende invalshoeken. Denk hierbij aan een sportinstructeur en een fysiotherapeut. Daarnaast laten we zien wat het effect van bewegen is door verschillende ervaringsdeskundigen.

Kortom: een bewogen middag, gratis toegankelijk.

Meer bewegen begint niet met vaker sporten, maar met minder zitten!



Een initiatief van de werkgroep zorg Borkel & Schaft