

Een dag vol beweging, ontmoeting, ontspanning en gezondheid voor senioren.

Ontdek en beleef beweegaanbod voor senioren (55+) in de gemeente en ontdek welke ontmoetingsgelegenheden er zijn in uw wijk. Een dag vol ontspanning en inspiratie. Speciaal georganiseerd voor senioren (55+).

Een greep uit de activiteiten

- De fietscheck: Maak uw fiets winterklaar;
- Opening doortrap routes: Speciale fietsroutes voor senioren in Heerenveen;
- Een APK voor je lichaam: Doe de health check;
- Valpreventie: hoge drempels, een losliggend kleed of bijwerkingen van medicijnen, een val ongeluk zit in een klein hoekje. Ervaar hoe u uzelf daar op kunt voorbereiden;
- Kom in gesprek met welzijnsorganisatie Caleidoscoop en ontdek wat ze voor u kunnen betekenen.

Meer informatie op: bit.ly/beweeg-ontmoet-dag-2021