



CURSUS VALPREVENTIE BEWEEGZEKER

Sint-Annaland, Wellevaete
Trainingsdagen vanaf dinsdag
14 januari



Meer info en aanmelden (verplicht) via
www.jijoptholen.nl/cursusvalpreventie



Martijn Brooijmans
fysiotherapeut



Kim Heijboer
Bewegingsagoog

De cursus 'Beweegzeker' is gratis en speciaal voor zelfstandig wonende ouderen vanaf 65 jaar, die bang zijn om te vallen of meer valrisico hebben. De cursus bevat een intake, op dinsdag 7 januari, 10 trainingsbijeenkomsten (elke dinsdagochtend 10.00 uur) en een eindevaluatie.