

WEEK VAN DE VALPREVENTIE

VAN MAANDAG 19 TOT VRIJDAG 23 APRIL

MAANDAG 19/4

14u15

Beweegmoment
met Saartje Van
Den Driessche.

Deze activiteit is te vergelijken met een turnles. We doen mee met de oefeningen van Saartje die we op de televisie zullen te zien krijgen. Nadien sluiten we af met een lekker drankje.

WAT?

DINSDAG 20/4

14u15

Gezond koken

We maken een lekker en gezond dessert en aperitiefje.

DONDERDAG 22/4

14u15

Bewegingsparcour

We maken een wandeling op het domein van Hofstede en voeren ondertussen leuke bewegingsoefeningen uit. Afhankelijk van het weer zal deze activiteit binnen of buiten doorgaan.

VRIJDAG 23/4

14u15

Bingo: thema
valpreventie

Een variant op de klassieke bingo met vragen over valpreventie tussendoor. Uiteraard vallen er hier ook prijzen te winnen!

Alle activiteiten vinden plaats in de cafetaria.
Heb je nog vragen? Spreek gerust Jessie, Evy of Rani aan.