

**Voorkom vallen**  
**Kom in beweging**

maandag  
15 september  
2025

## Uitnodiging Bijeenkomst Voorkom vallen

Als je ouder wordt kan een val nare gevolgen hebben. Kom daarom naar de voorlichting over valpreventie in Wijkcentrum Het Dok. Test je risico op vallen, dan weet je meteen of 'In Balans' een geschikt programma voor jou is. Val niet, kom in beweging. Nog gezellig ook!

Voor meer info:  
[sport050.nl/voorkomvallen](https://sport050.nl/voorkomvallen)  
of mail [voorkomvallen@groningen.nl](mailto:voorkomvallen@groningen.nl)

### Lewenburg

**Wanneer:** Maandag 15 september  
**Tijdstip:** 13.30-15.30 uur (inloop 13.15 uur)  
**Waar:** Wijkcentrum Het Dok,  
Kajuit 4, Groningen  
**Voor wie:** 65 plussers  
**Wat:** Voorlichting over valpreventie  
en de beweegprogramma's  
**Kosten:** Gratis