

Voorkom vallen
Kom in beweging

donderdag
18 september
2025

Uitnodiging Bijeenkomst Voorkom vallen

Als je ouder wordt kan een val nare gevolgen hebben. Kom daarom naar de voorlichting over valpreventie in Buurthuis De Helpen. 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
of mail voorkomvallen@groningen.nl

Helpman

Wanneer: Donderdag 18 september
Tijdstip: 14.30 -16.30 uur
(inloop 14.15 uur)
Waar: Buurthuis De Helpen,
Groenesteinlaan 16, Groningen
Voor wie: 65 plussers
Wat: Voorlichting over valpreventie
en de beweegprogramma's
Kosten: Gratis