

Kom testen!

Vrije
inloop

Iedereen wil zo lang mogelijk gezond en zelfstandig blijven. Zo kun je blijven genieten van de dingen die voor jou belangrijk zijn. Een val kan dit in één klap veranderen, zelfs als je nog gezond en sterk bent. Test eenvoudig jouw risico op vallen en ontdek wat jij kan doen om zo lang mogelijk sterk te blijven staan.

Zaterdag 13 september kun je testen hoe sterk je staat. Tussen 10 en 12 uur ben je welkom bij Symphonie aan de Paukenlaan 1 in Oldenzaal.

We geven ook tips om je balans te verbeteren en waar je terecht kunt om te oefenen!

Bel voor meer info met A. Loohuis, 06-23185706 of kijk op www.oldenzaal.nl/valpreventie



Test jouw risico op vallen
via www.hoesterkstaik.nl

**IK
STA
STERK**