Ontdek hoe je gezond, vitaal, veilig en zelfstandig blijft

vitaal in 046

Kom naar de Vitaliteitsbraderie Westelijke Mijnstreek

Voor inwoners van 55 jaar en ouder uit de gemeenten Beek, Sittard-Geleen en Stein.



woensdag 30 september 2026
van 10 tot 16 uur Optisport Glanerbrook (Kummenaedestraat 45) in Geleen

met gratis LIVE beweegsessie van Duco Bauwens (Nederland in Beweging)

Wat je o.a. kunt verwachten.

- kennismaken met valpreventie
- beweegactiviteiten uitproberen
- advies krijgen over gezondheid, voeding en bewegen
- informatie ontvangen over welzijn, ontmoeting en ondersteuning
- muziek en meedoen met een sing-a-long met Mitchell Ritchi
- kennismaken met verenigingen en initiatieven uit de regio

Meer weten?

Scan de QR-code voor het volledige programma. Je kunt ook bellen of mailen naar Ecsplore via 046-4757261 of post@ecsplore.nl

De Vitaliteitsbraderie wordt in samenwerking aangeboden door

ECSPLORE Educatie | Cultuur | Sport

knooppunt informele zorg

NJOY POWERED BY GEMEENTE BEEK

PARTNERS IN WELZIJN