

Kom (weer) in beweging

Gratis inloop-beweegspreekuur voor kinderen en (jong) volwassenen!

Elke eerste woensdagmiddag van de maand, tussen 16.00 - 17.00 uur wordt er voor de bewoners van Nylân en Huizum een inloop-beweegspreekuur georganiseerd. U kunt terecht bij Jolanda Frericks (buurtsportcoach) en Aad van der Windt (fysiotherapeut), om samen te kijken naar de mogelijkheden die er voor u/uw kinderen liggen. Ook kunnen zij antwoord geven op uw vragen.

Het beweegspreekuur geeft o.a. antwoord op:

- Welke sport past bij mij? (ook voor kinderen)
- Kan ik financiële ondersteuning krijgen?
- Hoe ga ik om met stressmomenten?
- Hoe kan ik gezond eten en bewegen met een klein budget?
- Wat is er allemaal te doen in mijn wijk?

**Bewegen,
gewoon
doen!**

Direct contact:
Claudia Duursma
tel. 06 128 885 27

Even binnenlopen:
Sociaal Wijkteam Zuid
Willem Alexanderplein 22
Leeuwarden



FYSIOTHERAPIE
SPECTRUM
LEEUWARDEN

