



krachtig
en fit



Ik ben mens
ik mag
vergeten



focus en
ademhaling



we doen
het samen



bewegen
is leven



samen
beleef je
meer



laat je brein
niet zitten



Vrij-Buiters, de Sportclub

Doe je mee met De Vrij-Buiters – De Sportclub?

Ben jij graag fysiek bezig en vind je het leuk om anderen te ontmoeten? Dan is deze wekelijkse sportclub echt iets voor jou!

Wat is De Vrij-Buiters – De Sportclub?

Een sportclub speciaal voor (jonge) mensen met een vorm van dementie. Het is een plek om te bewegen, sportief bezig te zijn en nieuwe mensen te leren kennen. We focussen vooral op (bal)sporten en bieden een gezellige en ondersteunende omgeving.

Wanneer en waar?

- Vanaf woensdag 26 februari 2025
- Iedere woensdagochtend van 10.30 tot 12.30 uur
- Kantine van Onze Gezellen, Haarlem Noord.
Van der Aartweg 16, 2026 ZL Haarlem

Programma van de ochtend

- 10.30 uur: Ontvangst met koffie
- 11.00 uur: Sporten in de zaal en soms ook buiten
- 12.30 uur: Afsluiting met een broodje en een gezellig gesprek

Voor wie?

Voor jonge mensen met dementie die graag bewegen en zich zelfstandig kunnen verplaatsen (met of zonder hulpmiddel).

Meer informatie en aanmelden:

**Neem contact op met
Michelle van Iersel: 06 38 51 19 07
m.van.iersel@zorgbalans.nl**



**Kom in beweging,
ontmoet anderen en doe mee!**