

# BEWEEGVERENIGING

**BEWEGEN IS LEUK  
EN KAN OP IEDER NIVEAU  
GAANDEREN**

Elke dinsdag- en vrijdagochtend kunt u meedoen met onze beweeggroep. De beweglessen zijn heel ontspannen, gezellig en kunnen vanuit de (rol)stoel worden beoefend. De oefeningen zijn onder andere gericht op coördinatie, spierkracht en Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL).

Lijkt het u wat om samen te bewegen? Doe dan met ons mee.

## AANMELDEN

Meld u aan op de website [www.sensire.nl](http://www.sensire.nl), op de pagina 'wonen met zorg'. U kunt u ook aanmelden bij uw contactverzorgende. De Beweegvereniging biedt een programma van 40 lesweken per jaar. Met in de zomerperiode een alternatief programma.

DAG	TIJD	LOCATIE	PLAATS
dinsdag	11.10 - 11.40 uur	Pelgrim appartementen	Gaanderen
vrijdag	11.00 - 11.30 uur	Pelgrimhof	Gaanderen

## KOSTEN

Aan deze service zijn geen kosten verbonden.

## MEER INFORMATIE

Neem voor meer informatie contact op met bewegingsagoog Rob Wentink via 06 - 28 24 61 58 of [r.wentink@sportservicedoetinchem.nl](mailto:r.wentink@sportservicedoetinchem.nl). Indien u liever een medewerker van Sensire wilt spreken, neem dan contact op met de Servicedesk Facilitairbedrijf via telefoonnummer 0314 - 35 67 77.

De Beweegvereniging is een samenwerking met Sportservice Doetinchem.

