



# KBO Haarlemmermeer



## Nieuwsbrief 2024 - 03

### De losse heupen club

Lekker blijven gaan en staan is waardevol. mobiliteit geeft veel vrijheid en plezier. Een periode van ziekte of minder bewegen kan ook zorgen dat jouw fitheid achteruit gaat, waardoor je minder mobiel bent en moeilijk weer in beweging komt. Dat wil je niet. En dat hoeft ook niet. Herken je dat? Kom dan bij de Losse Heupen Club!

#### Informatiebijeenkomst De Losse Heupen Club: Zwanenburg/Halfweg

Wil jij meer weten over de Losse Heupen Club, over welke maatregelen je kunt nemen om vallen te voorkomen of gewoon een gezellige dag beleven? Kom op vrijdag 22 maart naar Dorpshuis Zwanenburg Halfweg voor een dagje Losse Heupen Club!

#### Programma:

9.30 uur Inloop

10.00-11.00 uur Start programma met o.a Duco Bauwens, Erik Evers (apotheker Zwanenburg) en Yvonne Elderenbosch (huisarts Zwanenburg)

11.00-12.00 uur Een gezellige marktkraam setting met informatie van professionals

12.00-13.00 uur Hapje, koffie thee en fris

#### Aanmelden

Kom je gezellig langs? Aanmelden is gratis en kan door te bellen met 088 – 203 73 80 of door het formulier op de website [www.losseheupenclub.nl](http://www.losseheupenclub.nl) in te vullen. Het adres van Dorpshuis Zwanenburg/Halfweg is: Dennenlaan 133, 1161 CN Zwanenburg. We zien je graag vrijdag 22 maart.

#### De Losse Heupen Bus

Nieuw in Haarlemmermeer: De Losse Heupen Bus! Wij helpen je graag om te blijven gaan en staan, maar soms is een activiteit\* net te ver om mee te kunnen doen. Wij helpen je graag op weg en halen je op met de Losse Heupen Bus. Wil je meer weten? Mail [losseheupenclub@teamsportservice.nl](mailto:losseheupenclub@teamsportservice.nl) of bel naar 088 203 73 80.

\*De bus wordt uitsluitend ingezet voor activiteiten van de 'Losse heupen club'

Groetjes,

**Daphne Tervelde**

Buurtsportcoach

*(niet aanwezig op woensdag en (oneven weken) op donderdag)*

**T** – 088 – 203 73 80

**M** – 06 – 13 90 56 25

**E** – [dtervelde@teamsportservice.nl](mailto:dtervelde@teamsportservice.nl)

Burgemeester Pabstlaan 10-E1 (vierde etage)

2131 XE Hoofddorp

[Losse Heupen Club\\_flyer\\_A5 \(002\).pdf](#)

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u [kbonieuwsbrief@kbo-haarlemmermeer.nl](mailto:kbonieuwsbrief@kbo-haarlemmermeer.nl) toe aan uw adresboek.