



## Samen wandelen

**Bent u graag in beweging? Wilt u fit blijven of worden? En vindt u het gezellig om dit samen te doen? Sluit dan aan!**

Wekelijks kunt u op verschillende plekken in de gemeente Voorne aan Zee aansluiten bij een wandeling. Op dinsdagmiddag starten we vanaf de Brielse Huiskamer (St. Catharijnehof 1, Brielle) en wandelen we maximaal 5 kilometer. Op donderdagochtend starten we vanaf het Bolwerk (M.H. Trompstraat 137, Brielle) en wandelen we maximaal 3 kilometer. Natuurlijk kunt u naast het wandelen starten en/of afsluiten met een kop koffie of thee en het gesprek aangaan met andere deelnemers.

### **Speciale aandacht**

Als u een blessure of beperking heeft waardoor u wordt belemmerd in het wandelen zoeken we graag samen met u naar een oplossing zodat u tóch mee kunt met de wandeling. Ook zijn er speciale wandelingen voor mensen met beginnende geheugenproblemen of dementie.

### **Wandelen buiten Brielle**

Er zijn ook wandelgroepen in Oostvoorne en Rockanje. Ook staan wij open voor ideeën voor nieuwe wandelgroepen.

### **Aanmelden, uw idee delen of meer informatie?**

U kunt telefonisch contact opnemen met de receptie van Welzijn Ouderen via (0181) 728 281 of via email [welzijnouderen@catharina.nl](mailto:welzijnouderen@catharina.nl).

Komt u met ons de omgeving verkennen? Wij kijken uit naar uw komst!