



SENIOREN  
BELANGEN  
RIEL



# Goed nieuws voor alle 65-plussers van Goirle en Riel 'Samen goed oud worden'

Vanuit de Rijksoverheid is er aan de Gemeente Goirle subsidie (GALA-gelden; Gezond en Actief Leven Akkoord) toegekend. Het doel van deze subsidie is het bereiken van een gezonde generatie in 2040. Voor 65-plussers wordt deze subsidie ingezet voor projecten Valpreventie en Vitaal Oud Worden.

Als partners van de Gemeente hebben de seniorenorganisaties Senioren Goirle en Senioren Belangen Riel de taak gekregen om de onderdelen Valpreventie en Vitaal Oud Worden te verzorgen. Zij hebben gekozen voor de samenwerking met Fysiotherapie de Rooy en Sportcentrum Jan de Rooy, omdat zij in een professionele omgeving veel ervaring hebben hierin én de sociale component van sporten en bewegen hoog in het vaandel hebben.

Alle bewoners van de gemeente van 65 jaar en ouder krijgen de kans om aan deze projecten deel te nemen.

Goed nieuws voor u dus..... de kosten worden namelijk bijna volledig vergoed vanuit de subsidie van de Rijksoverheid.

- ⇒ Bent u ouder dan 65?
- ⇒ Geeft u iets om u gezondheid?
- ⇒ Wilt u goed ouder worden?
- ⇒ Ervaart u een afname van kracht en conditie?

Meldt u dan nu beslist aan voor de Preventieve Screenings Test. Deze test wordt uitgevoerd door gediplomeerde en zeer ervaren fysiotherapeuten en leefstijlcoaches.

Tijdens deze, volledig vergoede test, komen de volgende onderdelen aan bod:

- Analyse volgens de methode 'Mijn positieve gezondheid'
- Valrisico test, een vragenlijst m.b.t. valrisico
- Handknijpkracht, ter screening voor de algemene spierkracht
- Bloeddrukmeting, ter screening van hart/vaataandoening
- Analyse van risico op een aantal chronische ziekten

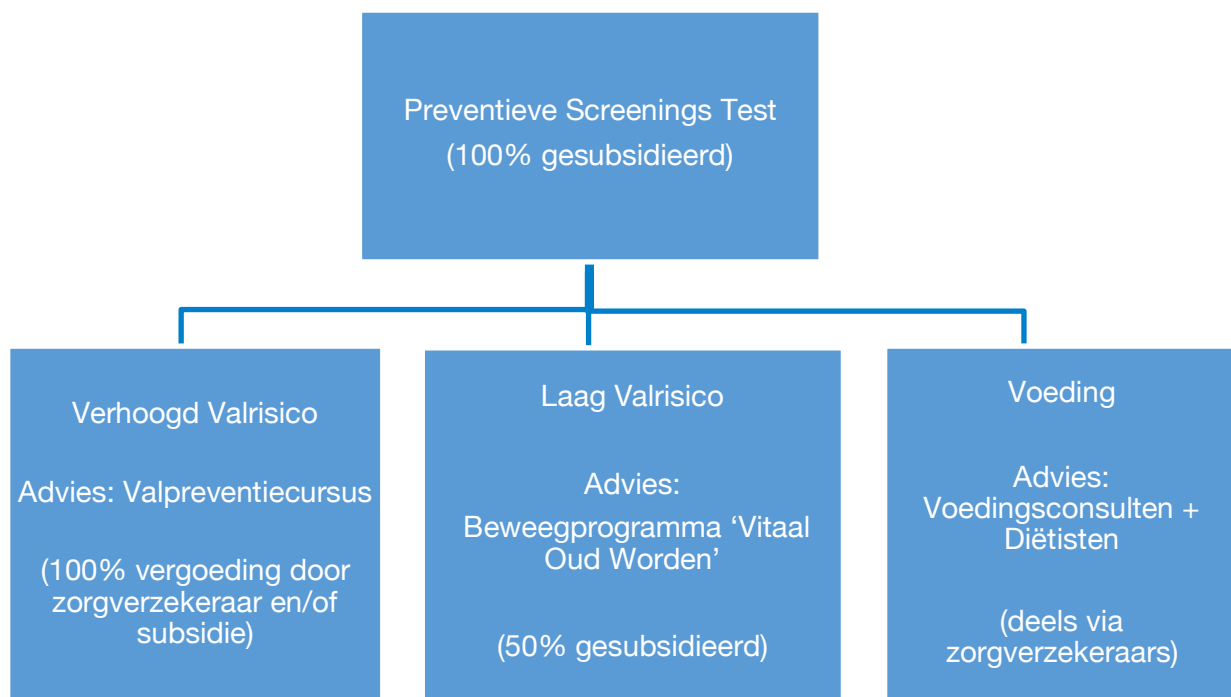
Deze testen geven samen een indruk van het risico op vallen en/of versnelde lichamelijke achteruitgang. Gelukkig kunnen we daar samen iets aan doen! Want Samen Goed Oud Worden is het Motto!

Naar aanleiding van de uitslagen van deze testen krijgt u direct een advies. Er is hierbij keuze uit de volgende programma's. Valpreventie cursus en/of Bewegingprogramma Vitaal Oud Worden en/of Voedingsprogramma. De programma's duren ongeveer 10-12 weken. Meer informatie hierover volgt direct nadat u de Preventieve Screenings Test hebt gehad.

### **Pak deze unieke kans!**

Aanmelden kan digitaal via [www.fysioderooy.nl](http://www.fysioderooy.nl) tot **uiterlijk 17 september!**

De verwachting is dat er veel aanmeldingen zullen komen, vol=vol. Er is in deze subsidieronde plek voor maximaal 150 deelnemers.



Namens de Seniorenorganisaties, Wil van der Kruijs, voorzitter Senioren Goirle

Namens Fysio de Rooy en Sportcentrum Jan de Rooy, Anne de Rooy, Fysiotherapeute