

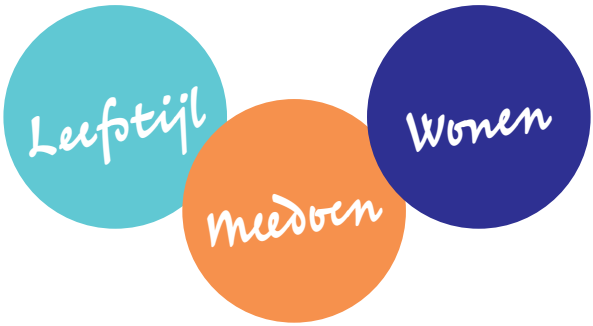
Toekomst-markt 55+

Denk vandaag na over morgen

Voldoende bewegen. Gezond eten. Prettig wonen. Middenin de samenleving staan. Het kan allemaal bijdragen aan een lang en gelukkig leven. Ben je benieuwd of er factoren zijn waarmee jij het verloop van je verdere leven positief kunt beïnvloeden? Kom dan op zaterdag 23 november tussen 10.00 en 16.00 uur naar Sportstad Heerenveen en geniet van een inspirerend programma vol boeiende, nuttige en smakelijke activiteiten!

Zaterdag
23 november 2024
10.00 - 16.00 uur
Sportstad Heerenveen
GRATIS TOEGANG

2024-0408 Flyer toekomstmarkt 55 plus_A5_EG.indd 1 24-10-2024 14:42



Zaterdag
23 november 2024
10.00 - 16.00 uur
Sportstad Heerenveen
GRATIS TOEGANG

Kom naar de Toekomstmarkt 55+ en laat je inspireren!

De 55-plussers van tegenwoordig zijn actiever dan ooit. Ze vervullen op vele manieren een belangrijke rol in de samenleving en zijn van onschatbare waarde. Hierom is het goed nieuws dat deze groep mensen in de gemeente Heerenveen naar verwachting tot het jaar 2040 met duizenden inwoners toeneemt. Wat echter wel heel belangrijk is wanneer je ouder wordt: dat je je jong blijft voelen.

Kom naar de Toekomstmarkt 55+
Laat je inspireren en informeren over de mogelijkheden.
Op de Toekomstmarkt 55+ kun je:
- bewegen met Barbara de Loor of een pilatesles volgen
- deelnemen aan workshops op het gebied van stijl, gezondheid, voeding, wonen en digitalisering
- een expert aan de tand voelen over het belang van slaap en voeding
- testen hoe fit je bent en hoe domotica je huis veiliger maken
- met een wooncoach in gesprek gaan over de woonmogelijkheden in de gemeente
- kans maken op verschillende prijzen, zoals een energiebesparend cadeau, kaartjes voor het theater of een heerlijk diner.

Want je hebt het leven natuurlijk niet geheel in de hand, maar je hebt op een aantal zaken wel invloed om zo prettig mogelijk oud te worden.

Kijk voor het programma en meer informatie op:
www.samenscorenvoorgezondheid.nl/toekomstmarkt

2024-0408 Flyer toekomstmarkt 55 plus_A5_EG.indd 2 24-10-2024 14:42