



Persbericht – 26 september 2022

Aandacht voor het geheugen tijdens Vitaliteitsdag in Kaatsheuvel

Op 28 september aanstaande wordt in Sporthal De Werft in Kaatsheuvel een vitaliteitsdag voor senioren georganiseerd door KBO Kaatsheuvel in samenwerking met vrijwilligers van KBO-Brabant, buurtsportcoaches, Van Bortel Hoorwinkels, Musters Oogzorg, Fysiotherapie Kaatsheuvel, Fysio Loon op Zand, de Rode Loper en de Geheugenwerkplaats.

Het doel van de vitaliteitsdag is om 50-plussers op een laagdrempelige manier inzicht te geven in hun gezondheidssituatie aan de hand van allerlei metingen en gesprekken. Tijdens deze dag worden deelnemers getest op balans, reactievermogen, bloeddruk, knijpkracht ed. Ook is er aandacht voor zingeving tijdens deze dag. Nieuw is de aandacht voor het geheugen. KBO Kaatsheuvel biedt de Geheugenwerkplaats een podium op deze vitaliteitsdag. Een leefstijlcoach van Fysio Loon op Zand geeft leefstijladvies, een fysiotherapeut van van Fysiotherapie Kaatsheuvel en buurtsportcoaches geven gerichte beweegadvies zodat senioren kunnen blijven sporten en bewegen.

Verder maken de deelnemers kennis met het veelzijdige beweegaanbod van KBO Kaatsheuvel. Zo laten de heren van Walking Football hun kunsten zien in een aparte sportzaal. Lia Leeman, voorzitter van de activiteitencommissie van KBO Kaatsheuvel zegt hierover: 'wij organiseren veel beweegactiviteiten: racefietsen, maar ook binnensporten zoals badminton. Er is voor elk wat wils en graag horen wij op deze dag van deelnemers aan welke beweegactiviteiten zij behoefte hebben. Vitaal ouder worden is immers nog belangrijker nu we allemaal zo lang mogelijk thuis willen wonen!'

Voetnoot voor de redactie:

De pers is van harte welkom op 28 september 2022 in Sporthal de Werft, Huygenstraat 73 in Kaatsheuvel.

Seniorenvereniging KBO-Brabant telt circa 120.000 leden die in 278 lokale Afdelingen zijn vertegenwoordigd. Senergiek is één van die Afdelingen. KBO-Brabant behoort tot de drie grootste seniorenverenigingen in Nederland. Daarnaast is het de grootste vereniging in de provincie Noord-Brabant.

Voor meer informatie

KBO-Brabant: Ellen Willemsen, beleidsmedewerker, ewillemsen@kbo-brabant.nl , 06-23 85 29 39 of (073) 644 40 66.