

Samen op stap



Medisch Centrum Loovelden Huissen

Samen op stap

Bewegen is gezond! En om de daad bij het woord te voegen gaat er een nieuw project van start vanuit Het Medisch Centrum Loovelden.

Landelijk wordt er in verschillende plaatsen gewandeld met de huisarts. Dit goede initiatief willen wij ook graag in Huissen aanbieden. Vandaar dat wij op 14 mei starten iedere woensdagavond te wandelen met één of meerdere disciplines uit het Medisch Centrum Loovelden.

Van 19.15 uur tot 20.15 uur zal er, ongeveer 3 à 4 kilometer, gewandeld worden.

Weer of geen weer: het wandelen gaat altijd door. Aanmelden vooraf is niet noodzakelijk. Het verzamel- en vertrekpunt is in het atrium van Medisch Centrum Loovelden.

Op deze manier willen wij mensen stimuleren om van de bank af te komen en onder elkaar bezig te zijn met een leuke activiteit. Zowel fysiek als sociaal ligt er een mooie uitdaging. Het is niet de bedoeling om een lopend spreekuur te houden. Wij willen met deze activiteit mensen motiveren om te bewegen en niet zozeer te focussen op de beperkingen en de klachten die ze hebben, maar juist om gezond bezig te zijn.

Iedereen kan een andere reden hebben om mee te lopen. Bijvoorbeeld vanwege overgewicht, COPD, artrose, depressieve klachten of omdat u wil wandelen maar niet weet waar of met wie.

Wij hopen u graag te verwelkomen op woensdag 14 mei om 19.15 uur of één van de andere woensdagen in het jaar.

Sportieve groet,

De medewerkers van Medisch Centrum Loovelden.

www.medischcentrumloovelden.nl