

Houd uw geheugen fit!

Kom dan naar de inloop!!
U komt en gaat wanneer u wilt

Iedereen is van harte welkom en de koffie of thee is **GRATIS**. Dit geldt ook voor mantelzorgers.

inloop

BEWEGEN staat centraal

A

B

C

Iedere **maandag**
van **10.30 tot 12.30 uur**

Iedere **dinsdag**
van **11.00 tot 12.30 uur**

Iedere **donderdag**
van **09.30 tot 11.30 uur**

Sporting Delta
Gravensingel 118
in Dordrecht

Gymnastiekvereniging Sparta
Eddingtonweg 1
in Dordrecht

De Prinsemarij
Nassauweg 2
in Dordrecht

Contact:
Ria de Vrind
riadevrind@gmail.com
T 06 10 33 11 18

Contact:
Marjan Holster
m.holster@spartadordrecht.nl
T 06 45 21 11 68

Contact:
Petra Brand
abdeprinsemarij@hetspectrum.nl
T 06 12 71 58 78

D

KUNST & CULTUUR staat centraal

Iedere **dinsdag**
van **09.30 tot 11.30 uur**

Energiehuis
Ingang
Energieplein
Noordendijk 148
in Dordrecht

Contact:
Roxanne van der Slot
projectbureau@tobe.nl
T 088 888 53 81

NIEUW!

Vanaf 15 november laagdrempelige sportieve activiteiten bij DeetosSnel iedere woensdag 10.00 - 12.00 uue Vorrinklaan 202 3317 KZ Dordrecht

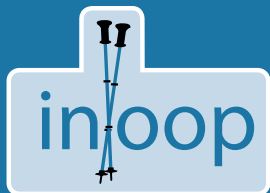
En binnenkort:

Cultureel centrum Sterrenburg:
iedere dinsdag
12.30 - 14.30 uur
Dalmeyerplein 10
3318 CB Dordrecht

Waterwiel
iedere maandag
10.30 - 12.15 uur
Admiraalsplein 700
3317 NJ Dordrecht

Er zijn
GEEN KOSTEN
aan verbonden!





ACTIEF ZIJN IS GEZOND!

Uit onderzoek blijkt dat uw geheugen fit blijft bij het doen van veel activiteiten. Het verbetert het denkvermogen en het doen van alledaagse dingen.



Bij deze laagdrempelige inloop staat u centraal. De gastvrouw zorgt voor een gratis kopje koffie of thee en zo nodig regelt zij een deskundige voor advies en ondersteuning.

- u heeft géén indicatie nodig
- u kunt iedere week uw vragen stellen aan een deskundige
- u bepaalt het programma bij inloop A, B en C
- bij inloop D staat iedere maand een verschillende
- Kunst & Cultuur activiteit op het programma
- er zijn **GEEN KOSTEN** aan verbonden en **DE KOFFIE IS**

GRATIS



ToBe
CULTUUR
CENTRUM

DORDRECHT



het
**PARK
HUIS**

Dordt
Sport

HETSPECTRUM

stichting
e-wheels
mobiliteit in de wijk

**Sporting
DELTA**

SPARTA
Dordrechtse gymnastiekvereniging

samen
dementie
vriendelijk.nl

