



Uitnodiging Ik Sta Sterk Tilburg

(Informatiemarkt en lezing valpreventie Tilburg)

Elke 5 minuten belandt een 65-plusser op de spoedeisende hulp als gevolg van een val. Dat betekent dat jaarlijks 615 Tilburgers in het ETZ terechtkomen vanwege een val. Komende jaren gaat dit aantal alleen maar toenemen.

We nodigen u daarom graag uit voor de gratis Ik sta sterk Tilburg dag op vrijdag 28 juni in het Willem II stadion (Goirleseweg 34). Via een lezing krijgt u meer informatie over hoe u vallen kunt voorkomen en welke partijen u daarbij kunnen helpen. Ook kunt u zich laten testen op uw valrisico en zijn er kraampjes aanwezig van verschillende organisaties, zoals de KBO (het toekomstig Senioren Netwerk Tilburg), het Sportbedrijf en Tilburgse fysiotherapeuten, die u kunnen helpen bij het voorkomen van een val.

Het programma van de informatiemarkt is:

- 11:30 tot 13:00: Ontvangst, informatiemarkt, valrisico test
- 13:00 tot 15:00: Lezing valpreventie, bestaande uit:
 - o Openingswoord: Professor. Dr. Hans Merkus (initiatiefnemer Ik Sta Sterk Tilburg dag)
 - o Valpreventie: Maurice van Gelder
 - o Sporten & bewegen in Tilburg: Nathalie Flanagan
- 15:00 tot 17:00: informatiemarkt, valrisico test, afsluiting

Deelname aan deze informatiemarkt inclusief drankjes en hapjes is gratis. Wilt u deze informatiemarkt bijwonen, inclusief lezing en valrisico test? **Schrijf u dan in op één van deze tijdvakken vóór 12 juni:**

- Tijdvak 1: Valrisico test tussen 11:30 en 13:00 en de lezing van 13:00 tot 15:00 (incl pauze)
- Tijdvak 2: Valrisico test tussen 13:00 en 15:00 (zonder de lezing)
- Tijdvak 3: Enkel de lezing van 13:00 tot 15:00 (incl pauze)
- Tijdvak 4: Lezing van 13:00 tot 15:00 en de valrisico test tussen 15:00 en 17:00

Tijdens de dag kunt u de verschillende kraampjes bezoeken. U kunt zich inschrijven via deze link [Inschrijven Ik Sta Sterk](#) of scan de bovenstaande QR-code. Lukt het u niet om zich via deze wegen in te schrijven? Dan kunt u een e-mail sturen naar gezondgelukkigoud@tilburg.nl of bellen naar 06-46838294.

Mocht u verhinderd zijn, dan verzoeken we u zich tijdig af te melden, zodat er een plek beschikbaar komt voor iemand anders. U kunt zich afmelden door een e-mail te sturen naar gezondgelukkigoud@tilburg.nl.

We hopen u te zien op vrijdag 28 juni in het Willem II stadion.

