



# (G)oud Gezond

De Badde • Compaen • Welstad

**Bent u 75 jaar en/of ouder  
en woont u in de gemeente  
Stadskanaal?**  
**Dan is deze speciale uitnodiging voor u!**

**Donderdag 7 februari**

**in Gossen Partycentrum te Stadskanaal!**

(Hoofdstraat 118, 9501 CR Stadskanaal)

**Programma van 12.00 tot 16.00uur:**

11.30 uur	Inloop
12.00 uur	Opening door Nel Kruit, directeur Welstad, aansluitend gezamenlijke lunch
13.00 uur	Voorlichting door notaris Bep Bergman, thema levenstestament
13.45 uur	Kleine pauze

Het programma zal na de pauze in het teken staan van gezondheid.

Onze buurtwerker-sport Frank Hettinga zal in samenwerking met Daniëlle Bekkering en Allette Snijder van Healthy Ageing Network het programma vormgeven over hoe u mentaal en fysiek gezond kunt blijven.

14.15 uur	Positieve gezondheid + uitleg oefeningen Healthy Ageing Network
15.00 uur	Pauze met thee of koffie
15.30 uur	Kleine fysieke en mentale oefeningen door Healthy Ageing Network
16.00 uur	Einde (G)oud Gezond-dag

Kaartverkoop bij beheer van de Spont, Gandhiplein 3 te Stadskanaal, 0599-635999  
vanaf 16 januari tot 31 januari (kosten € 5,00 p.p. inclusief lunch)!

Zolang de voorraad strekt!

**De Badde**

[www.debadde.nl](http://www.debadde.nl)

(0597) 645 000

**Compaen**

[www.compaenveendam.nl](http://www.compaenveendam.nl)

(0598) 698 119

**Welstad**

[www.welstad.nl](http://www.welstad.nl)

(0599) 635 999