



Gemeente  
Geertruidenberg



# IK STA STERK

In Raamsdonksveer

Ben je wel eens gevallen? Of ben je bang om te vallen?  
Heb je moeite met lopen, bewegen of balans?

Zorg dat je sterk staat, laat je testen en ga aan de slag  
met Valpreventie!

# Hoe sterk sta jij?

Iedereen wil zo lang mogelijk gezond en zelfstandig blijven. Zo kun je blijven genieten van de dingen die voor jou belangrijk zijn. Een val kan dit in één klap veranderen, zelfs als je nog gezond en sterk bent. Laat eenvoudig jouw risico op vallen testen en ontdek wat jij kan doen om zo lang mogelijk sterk te blijven staan

## Laat jouw valrisico testen.

Aan de hand van drie vragen bepalen we voor jou de mate van valrisico. Je ontvangt dan een advies op maat. Wil jij weten hoe sterk je staat en je valrisico testen? Neem dan contact op met een van de onderstaande deelnemers:



**BUURTSPOORT  
COACH**  
GEERTRUIDENBERG

06-10906903 of  
[buurtsportcoachgeertruidenberg@ssnb.nl](mailto:buurtsportcoachgeertruidenberg@ssnb.nl)



0162-512132 of  
[info@fysiogeertruidenberg.nl](mailto:info@fysiogeertruidenberg.nl)  
Walgang 93 & Leerthouwerstraat 2-4,  
Geertruidenberg



0162-516358  
[info@bloemsaatfysio.nl](mailto:info@bloemsaatfysio.nl)  
Collegeweg 2c Geertruidenberg



0162-515944  
[info@fysiotherapie-bouwens.nl](mailto:info@fysiotherapie-bouwens.nl)  
Gangboord 2 & Wilheminalaan 11F,  
Raamsdonksveer

Meer informatie? 06 109 06 903

**IK  
STA  
STERK**