

ZATERDAG 11 APRIL 2026
11:00 – 15:00 UUR
GEMINI COLLEGE
SPORTLAAN 16

**De gezondheidsbeurs
voor 50-plussers**

*Met o.a. Guus Bok
& Alet Klarenbeek*



**GRATIS
TOEGANG**

*Wil je fit en actief ouder worden
en houd je van gezelligheid?
Kom naar Fit op alle fronten!*



Wat kun je doen?

- Gezondheidsmetingen
- Talentscan
- Meedoen met beweegactiviteiten
- Vrijwilligerswerk ontdekken
- Dementie ervaren met een VR-bril
- Informatie verkrijgen over wonen, zorg en welzijn
- Workshops en lezingen volgen van o.a. de wijkagent, huisarts en fysiotherapeut



Aanmelden

Aanmelden is wenselijk en kan bij Facet Ridderkerk via onze website, telefonisch via **0180 - 432 350** of info@facetridderkerk.nl

Direct aanmelden? Scan!



Gezondheidsbeurs Ridderkerk

FIT op alle fronten is een gezellig evenement voor de Ridderkerker vanaf 50 jaar. We presenteren een ruim en gevarieerd aanbod van activiteiten en producten om fit te blijven op alle fronten: fysiek fit, mentaal fit en sociaal fit. Maar ook om je voor te bereiden op fit ouder worden. Je kunt deelnemen aan workshops, lezingen volgen, informatie ophalen op de markt en op zoek gaan vrijwilligerswerk. Ook kun je actief meedoen met stoelboksen, yoga, dans en gym.

Informatiemarkt

Ontmoet lokale organisaties die je helpen gezond, zelfstandig en actief te blijven. Enkele voorbeelden zijn Scootmobiel Rijnmond, VET Gezond, Visio, Apotheek Slikkerveer, Aafje.

Vrijwilligersmarkt

Vrijwilliger worden en weten wat de mogelijkheden zijn? Een breed veld aan vrijwilligersorganisaties presenteert zich op de vrijwilligersmarkt met hun vacatures uit de cultuur, zorg, natuur, sport en welzijn.

 *Fysiek fit*

 *Mentaal fit*

 *Sociaal fit*

**INCLUSIEF
HAPJE &
DRANKJE!**