

TOP & TWEL

YN BEWEGING!

HEEFT U EEN GOED IDEE, KLEIN OF GROOT...

Misschien kunnen wij u helpen door mee te denken of middels een financiële bijdrage. Denk aan een buurtactiviteit, een (jaarlijks terugkerend) evenement of toernooi, kookmiddagen, spelletjesmiddagen, etc.

Streng zijn we zeker niet. Ons doel is met name ouderen in beweging te brengen, maar jong of jong en oud mag natuurlijk ook.

Contactpersonen

Top & Twel

Yn Beweging!

De projectgroep van Top & Twel

Yn Beweging! bestaat uit:

- Linda Brouwer
- Melis v.d. Meer
- Andrea de Jong
- Anne de Jager



Er zijn twee projectleiders aangesteld die de projectgroep ondersteunen:
Doede Deinum en Jurjen Bosch

Heeft u vragen over Top & Twel Yn Beweging?

Neem gerust contact op met een van de mensen uit de projectgroep of met projectleider Jurjen Bosch.

Telefoonnummer:
06-27861353

E-mailadres:
ynbeweging@gmail.com

Facebook:

top en twel yn beweging

Website:

www.topentwelonline.nl / menu sport en spel

TOP & TWEL

YN BEWEGING!

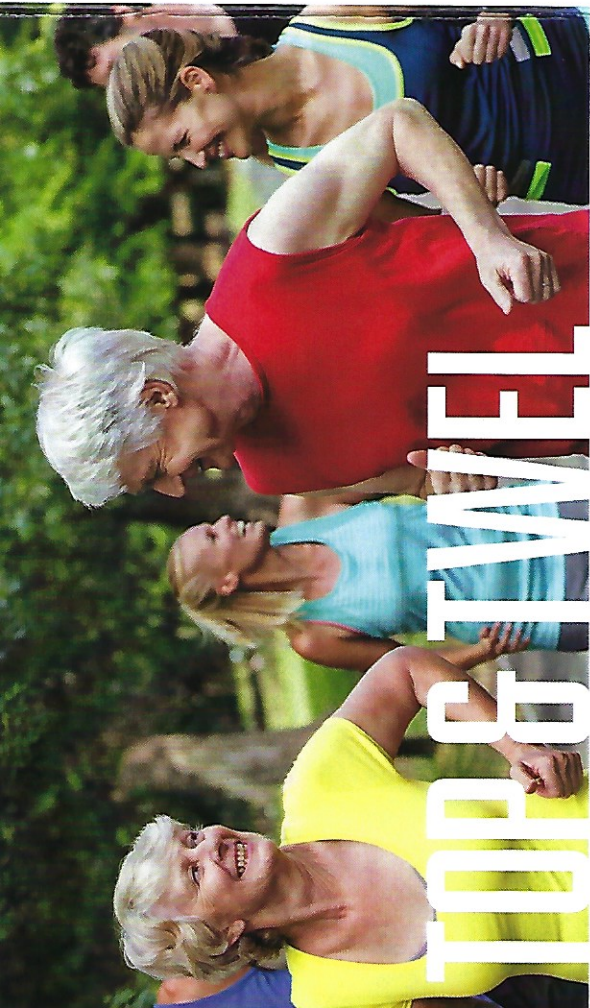


Via dit
bewaarnummer
informereren wij
alle inwoners
over Top & Twel
Yn Beweging.

Februari 2019



ZonMw



TOP & TWEL YN BEWEGING!

Een aantal dorpsgenoten heeft geld aangevraagd bij de overheid via fondsenwerving en toegewezen gekregen. Het doel van deze aanvraag is het huidige beweegaanbod in Top & Twel meer bekendheid te geven en dat er nieuwe beweegactiviteiten bijkomen. Activiteiten die inspelen op uw wensen en op de vergrijzing die gaande is. Laagdrempelige activiteiten, niet alleen voor actieve inwoners, maar ook voor inwoners die niet meer zo goed ter been zijn. Eigenlijk voor iedereen; jong en oud!

Top & Twel Yn Beweging!

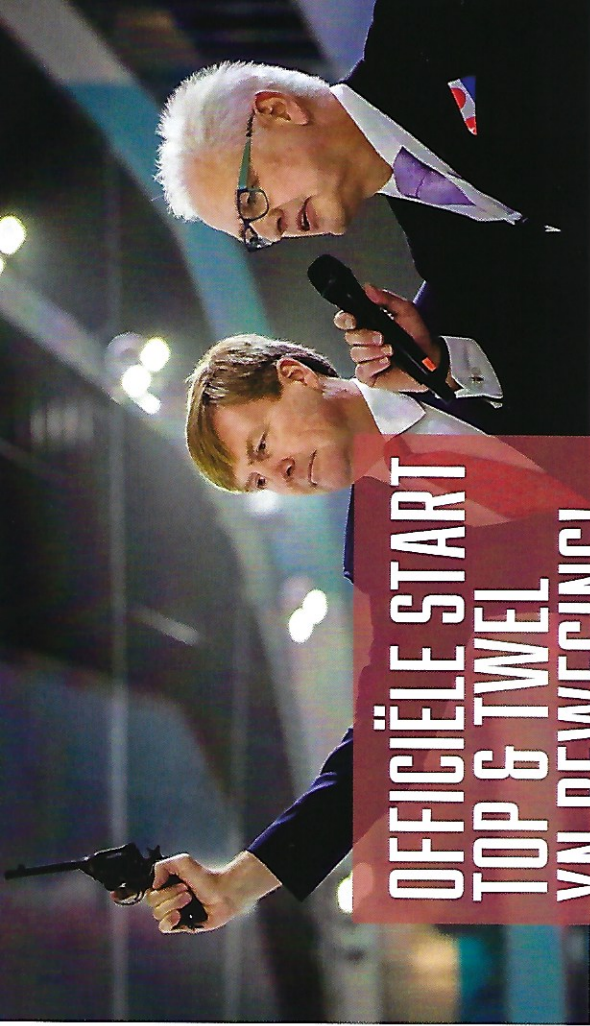
Ons doel is een leefbaar dorp met sterke (sport)verenigingen, divers aanbod voor jong en oud en een omgeving die uitnodigt naar buiten te gaan. Samen zo vitaal als mogelijk oud worden.

Als projectgroep maken wij deel uit van het dorpsbelang. Wij nodigen u uit in beweging te komen. Toch zult u zelf de eerste stappen moeten zetten. Heeft u de smaak te pakken, deel dit met anderen en neem uw vrienden, familie en bekenden mee.

Als bijlage vindt u een behoeftepeiling.

Zou u zo vriendelijk willen zijn deze in te vullen. We komen de behoeftepeiling persoonlijk weer bij u ophalen. In de behoeftepeiling staat wanneer dat zal zijn. Alvast bedankt voor uw medewerking.

*Bewegen is erg belangrijk.
Het verbetert niet alleen je gezondheid,
maar ook je coördinatie en kracht.
Ook is samen bewegen gezellig.*



OFFICIËLE START TOP & TWEL YN BEWEGING!

In april is de officiële aftrap van Top & Twel Yn Beweging! Alle inwoners worden uitgenodigd voor deze feestelijke officiële start. Op deze dag wordt er informatie verstrekt over nieuwe initiatieven en krijgt u de kans uw fitheid te testen! De exacte datum volgt.

Dit is inmiddels al van start gegaan mede dankzij Top & Twel Yn Beweging!



Pake en Beppe peutergym

Gymnastiekvereniging V en K is in januari 2019 succesvol gestart met gymnastiek voor de pakes en beppes (evt. ook voor heit en mem) gezamenlijk met hun (klein) kinderen. Met aansluitend een bakje koffie of thee en een gezonde traktatie voor de peuters.



**Deze activiteit start in maart 2019 (zie bijlage).*

Top & Twel aan de wandel

Onder leiding van Fysio Wymbrits wordt er gewandeld*. Iedere dinsdagmorgen start de activiteit Top & Twel aan de wandel. Iedere week een andere route (en indien gewenst andere uitdagingen).