



FAMILIEDAG

10 – 11 – 2019

Keep on moving!

Wat zijn de mogelijkheden om te blijven bewegen na een beroerte? Één ding is belangrijk: *keep on moving*, blijf bewegen! Ook als je moeite hebt met bewegen is deze dag voor jou geschikt! We delen ervaringen, tips en het is ieder jaar weer een gezellige, inspirerende dag! Kom gezellig samen met familie en vrienden om het te ondervinden:

- Tot rust komen door middel van yoga
- Ontspannen bewegen door middel van Tai Chi
- Je hersenen prikkelen op een ritme van de Ronnie Gardiner Methode (RGM)

Kom het zelf allemaal uitproberen! Naast die drie workshops is er ook een gezamenlijke lunch en een informatiemarkt. We vertellen dan welke geschikte beweegvormen er nog meer zijn in Amsterdam. Vul het aanmeldformulier in en dan zien we je 10 november!

Familie
informatiemarkt
Ervaringen
Vrienden
Lunch

TaiChi
Gezellig
Bewegen
Samen
RGM

Yoga



Afasiencentrum Amsterdam

**-Blijf bewegen!-
Geschikt voor
IEDEEREEN!**

WAT?

**Gezelligheid
Samen lunchen
Inspiratie
Ervaringen
Informatiemarkt
Workshops:
Yoga
Tai Chi
RGM**

WANNEER?

**10 november 2019
10:30 – 14:30**

WAAR?

De Witte Boei
Kleine Wittenburgerstraat
201
1018 LT Amsterdam

AFASIECENTRUM AMSTERDAM

Falckstraat 10-HS
1017 VW Amsterdam
020-6242385

[http://afasietherapie-
amsterdam.nl/](http://afasietherapie-amsterdam.nl/)

Ja ik kom op zondag 10 november 2019 naar de familiedag!

Naam: _____

Dieetwensen: _____

Workshop: _____

En ik neem mee:

Naam: _____

Dit is mijn (partner, broer, kind,): _____

(Leeftijd kind: _____)

Dieetwensen: _____

Workshop: _____

Naam: _____

Dit is mijn (partner, broer, kind,): _____

(Leeftijd kind: _____)

Dieetwensen: _____

Workshop: _____

Naam: _____

Dit is mijn (partner, broer, kind,): _____

(Leeftijd kind: _____)

Dieetwensen: _____

Workshop: _____

Naam: _____

Dit is mijn (partner, broer, kind,): _____

(Leeftijd kind: _____)

Dieetwensen: _____

Workshop: _____

N.B. Het is mogelijk om meer mensen mee te nemen! Laat ons weten hoe veel mensen er mee komen.