

Senior symposium: 'Toolkit om actief en mobiel ouder te worden'

De Sportdienst van de Stad Brugge organiseerde i.s.m. VIVES, KU Leuven en TUA West het **Senior Symposium** 'Toolkit om actief en mobiel ouder te worden', met als **doelstelling** de sterk groeiende groep **vijftig- en zestigplussers** in Brugge en omstreken een resem hapklare handvaten aan te reiken waardoor men **mobiel** actief ouder kan worden. Ben je vijftigplusser? Wens je **actiever** en **fitter** ouder te worden?



Bekijk het symposium:

[Vergrijzen zonder vallen en opstaan](#) (Kurt Claeys)

[De kracht van bewegen](#) (Sofie Martien)

[Gezonde voeding: de waarheid over de leugen](#) (Noortje Segers)

[Vierkant tegen eenzaamheid](#) (Lien Dereere)

[Technologie om mee ouder te worden](#) (Aline Ollevier)

[Actief met je nieuwe heup en knie](#) (Henri De Vroey)



West-Vlaanderen,
ondernemen op **hoog niveau**

#SPORTERSBELEVENMEER

Contactinformatie

[Huis van de Bruggeling](#)

N.a.v. coronamaatregelen uitsluitend op afspraak. Maak snel en eenvoudig een afspraak via afspraken.brugge.be of op het nummer 050 44 8000. Frank Van Ackerpromenade 2 (Stationsplein) 8000 Brugge

- T 050 44 8000
- info@brugge.be

Vandaag van 08:30 tot 17:00

Morgen van 08:30 tot 20:00 (Telefonisch te bereiken tot 17.00 u.)

[Alle openingsuren](#)

Contactinformatie

Huis van de Bruggeling

N.a.v. coronamaatregelen uitsluitend op afspraak. Maak snel en eenvoudig een afspraak via afspraken.brugge.be of op het nummer 050 44 8000. Frank Van Ackerpromenade 2 (Stationsplein) 8000 Brugge

- T 050 44 8000
- info@brugge.be

Vandaag van 08:30 tot 17:00

Morgen van 08:30 tot 20:00 (Telefonisch te bereiken tot 17.00 u.)

[Alle openingsuren](#)