

## DOORTRAPPEN

Bewegen is gezond. Dat geldt voor alle leeftijden maar zeker voor de ouderen onder ons. Fietsen is voor hen een prima activiteit. Op de weg is ook zichtbaar, dat fietsen is aangeslagen. Ook zonder u te vermoeien met statistieken is duidelijk, dat veiligheid daarbij echter van groot belang is.

Doortrappen is een landelijk programma en ook onze gemeente doet hieraan mee. Het doel is om mensen zo lang mogelijk op een veilige manier aan het fietsen te houden. Op initiatief van Dolinda Wijnhoven (dorpsondersteuner) en Maloe Janssen (beweegcoach) wordt nu een cursus veilig fietsen in Milsbeek georganiseerd.

De (gratis) cursus vindt plaats op vrijdag 9, 16 en 23 september in en bij de huiskamer en we starten om 10 uur. U krijgt praktische tips en er wordt ook gefietst.

U kunt zich opgeven bij Maloe per mail [maloe@negen.nl](mailto:maloe@negen.nl) of telefonisch 0682756064 of via SL!M [secretariaat@milsbeek-slim.nl](mailto:secretariaat@milsbeek-slim.nl).

Aarzel niet. U bent van harte welkom.

Han de Kreuk