



# ZWEMENTIE

Zwemmen, ontspannen en bewegen voor (thuiswonende) senioren met een lichte vorm van dementie.



**SPORTIEF  
PLUS**

ONDERDEEL VAN:  
**SPORTIEF  
BESTEED  
GROEP**

# Zwementie

**Even ontspannen in het warme water? Zonder weerstand het brein en de spieren stimuleren? Onder begeleiding van een professional? Dat is Zwementie!**

## Voor wie

Zwementie is geschikt voor thuiswonende senioren (65+) uit de wijk Haagse Hout met (een lichte vorm van) Dementie. Mantelzorgers en begeleiders zijn ook welkom om mee te zwemmen.

## Waar en wanneer

Zwementie gaat donderdag 2 september van start. De lessen zijn om de week op de donderdagmiddag van 11:30-12:30 uur of van 12:30- 13:30 uur.

De Zwementie lessen worden gegeven in Zwembad Overbosch in Den Haag:

**Vlaskamp 3  
2592 AA**

## Meer informatie en aanmelden

Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden voor Zwementie? Neem dan contact op met Rachel Zonderop via:

**E: [r.zonderop@sportiefplus.nl](mailto:r.zonderop@sportiefplus.nl)  
T: 06 343 903 07**

**€3,50  
per les**

WIJ ZIJN  
**CORONA  
PROOF**

## CONTACT

A | Vulcanusweg 263C  
2624 AV Delft  
T | 015 - 241 11 55  
E | [info@sportiefplus.nl](mailto:info@sportiefplus.nl)

**[WWW.SPORTIEFPLUS.NL](http://WWW.SPORTIEFPLUS.NL)**

