



Gratis
meeneem
folder

Bewegen in Zeeland

Mi Buurtbenkskes



**Bewegen
in Zeeland**

Mi

Buurtbenkskes

Ook verkrijgbaar voor Schaijk en Reek

www.vvvlanderd.nl



Bij het landgoed Nabbegat zijn alle bankjes vermeld die langs de openbare weg staan. Maar ook op het landgoed zelf, dat vrij toegankelijk is, staan diverse rustbankjes. Ga gerust naar deze bankjes op zoek!

De elementen lucht, zand en water zijn hier in beweging.

Jong + Oud = Goud
Spelen maakt ons gelukkig
en is niet alleen leuk
voor kinderen...

Q-korfs overviel ons.
Al wandelend
delen wij dat...

Bewegen
in Zeeland

Mi

Buurtbenkskes

-  Picknickbank, geschikt voor rolstoel en begeleider
-  Bank met rugleuning, geschikt voor rolstoel en begeleider
-  Picknickbank, niet geschikt voor rolstoel en begeleider
-  Bank met rugleuning, niet geschikt voor rolstoel en begeleider
-  Uitgelichte bankjes, bankjes met een verhaal...

Map data © OpenStreetMap.org contributors under CC-BY-SA 2.0 license | 03-2021



1



4

Hier wil ik
altijd kind zijn!
Naar welk
speeltoestel...

Had jij ook zand
onder je nagels
vroeger?



5



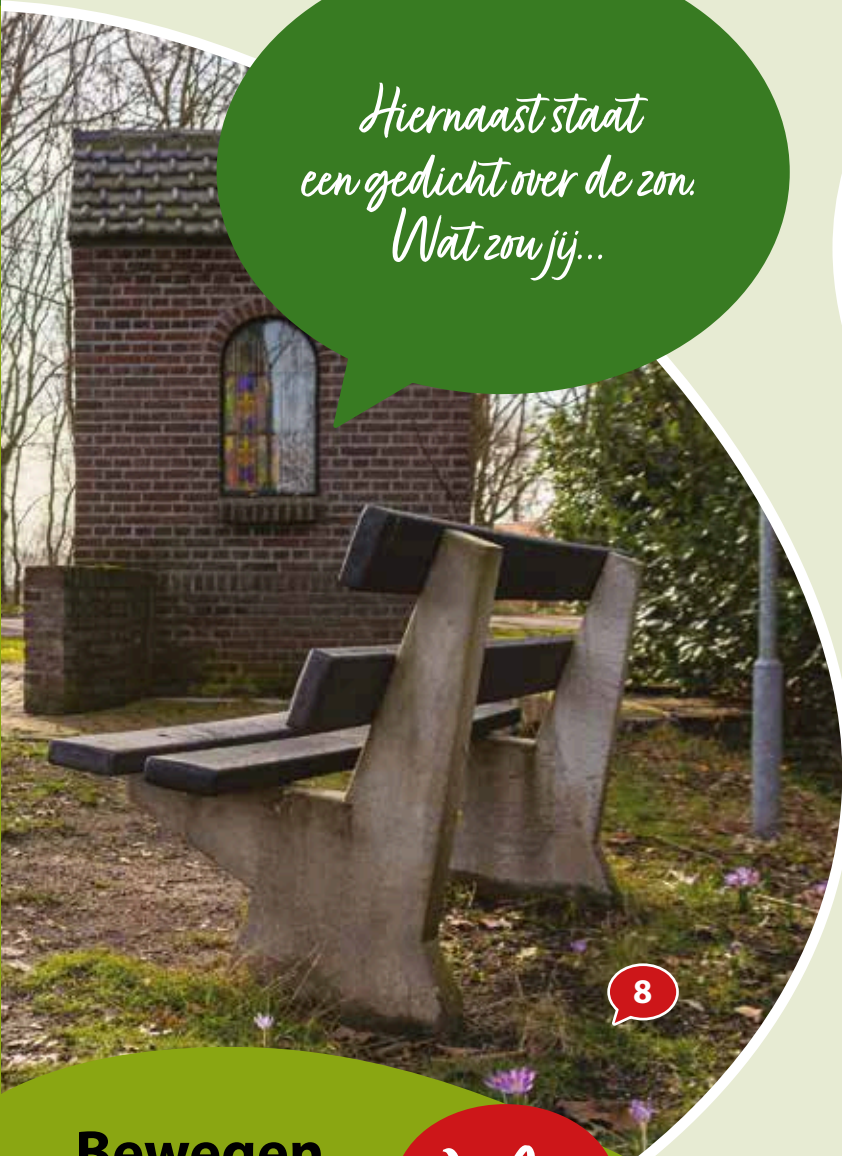
6

Hiernaast staat
een gedicht over de zon.
Wat zou jij...



7

'Klassineren'
Hè hè, we zèn blij da
we d'r zèn...



8



9

Bewegen
in Zeeland

Mi

Buurtbenkskes

In beweging mi Buurtbenkskes

Bewegen is goed voor iedereen, dat is bekend. Maar zomaar een lange route wandelen is niet voor iedereen weggelegd. Rustpunten zijn voor de ene persoon een welkome afwisseling en voor de andere een bittere noodzaak. En wat is er mooier dan om op zo'n rustpunt een goed gesprek aan te kunnen gaan met je wandelmaatje of een onbekende.

Met de buurtbenkskes hebben we het nuttige met het aangename verenigd. We hebben alle rustbankjes in Zeeland in kaart gebracht. Daarnaast hebben we een flink aantal bankjes voorzien van een inspiratietekst. Een uitspraak, gezegde of vraag die je aan het denken zet en waarmee je gezellig kunt 'buurten' met de ander.

Met deze folder willen we iedereen de mogelijkheid bieden om zijn of haar eigen route uit te stippelen. Lang of kort met veel of weinig rustplekken. Dus ook geschikt voor mensen die minder mobiel zijn of rolstoelafhankelijk.

Ga jij op zoek naar alle inspiratieteksten of houd jij de wandeling klein en dichtbij huis?

Veel plezier!

Naar aanleiding van deze folder heeft Landerd SpoRtZO een beweegroute ontwikkeld die tips geeft voor extra beweegoefeningen. Voor meer informatie kijk op www.ssnb.nl/landerd.

Ook kan Landerd SpoRtZO mensen begeleiden naar passend sport- en beweegaanbod. Heb je hier vragen over, kijk dan op de website voor de juiste contactgegevens van onze buurtsportcoach Sociaal domein. Ga naar www.ssnb.nl/landerd.