

Gezondheidstest voor wijkbewoners van 70+ jaar, Leiden Centrum

Donderdagmiddag 28 mei van 13.00u – 17.00u
in Nieuw Pancrat, Middelstegracht 85, Leiden

Gratis testmiddag



Metingen: bloeddruk, spier- en vetmassa,
bloedsuiker



Knijpkracht: een test als indicator voor de
kracht in uw lijf



Balanstesten: oefeningen om uw evenwicht
te beoordelen



Mentaal welzijn: inzicht in kansen voor een
goede mentale gezondheid



Advies: over passende zorg en leefstijl om
uw gezondheid te ondersteunen

Opgeven via een mail naar
wijkcoördinator Petra de Jong via:
info@gezondleiden.nl



**Meld je snel aan, er kunnen maximaal
50 inwoners getest worden!**