



NOABERHOES
Activiteiten

Tijd voor Krijt Biljarten in het Noaberhoes

Onder de noemer "Tijd voor Krijt" kan er elke woensdagmiddag gebiljart worden in het Noaberhoes. Het Noaberhoes is daarvoor uitgerust met twee professionele biljarts. Wil je een betere conditie? Wil je fitter en vitaler worden? Wil je een stukje gezelligheid? Wil je meedoen? Kom dan eens langs. Je bent iedere woensdagmiddag van 13.00 tot 17.00 uur van harte welkom.

Met biljarten blijf je ongemerkt in beweging. Voor veel ouderen is deze beweging niet vanzelfsprekend: fietsen gaat vaak niet meer zo makkelijk, lopen van grote afstanden gaat ook steeds moeilijker. En door niet in beweging te blijven loop je de kans dat je gezondheid verder achteruit gaat. Biljarten in het Noaberhoes kan dan een oplossing zijn.

Het is belangrijk om vitaal te blijven! Op een manier die haalbaar én plezierig is. De combinatie van er lekker even uit, sociaal samenkomen, toch ook een klein beetje competitie, ongemerkt in beweging blijven en het precisie-aspect van biljarten: alles bij elkaar draagt het bij aan een grote verbetering van de vitaliteit die voor een oudere op geen enkele manier als een last voelt.



Steeds meer ouderen voelen zich eenzaam. Niet zo gek in een situatie waar je fysiek steeds minder kunt, vrienden of familie hebt zien ontvallen, en je wereldje steeds kleiner wordt.

Biljarten in het Noaberhoes kan dan helpen. Vooral in sociaal opzicht. Biljarten is van nature een sociaal spel, laagdrempelig, toegankelijk voor iedereen. Je loopt het Noaberhoes binnen. Voor een kopje koffie, voor een partijtje biljarten of voor allebei. Zonder dat sprake is van enige drempels of hoge kosten! Er lekker even uit, gezellig met elkaar samenkomen. Even bijpraten over voetbal, mopperen over de politiek, over het leven, of gewoon een babbeltje over niets. Onmisbaar voor ouderen om te voorkomen dat je wereldje steeds kleiner wordt.

Omdat biljarten zoveel verschillende vaardigheden in zich verenigt (sociaal, competitief, fysiek, precisiesport) en de strategische component zo sterk is, wordt ongemerkt de mentale weerbaarheid getraind en de gezondheid en vitaliteit bevorderd. Hiermee is biljarten een belangrijk middel voor met name ouderen om scherp van geest te blijven. Maar biljarten is niet alleen een leuke en gezonde sport voor gepensioneerden. Ook voor jongeren en mensen met een beperking is de sport geschikt. Biljarten is een sport die door iedereen kan worden gespeeld. Iedereen kan het leren.

Dus kom gauw eens langs in het Noaberhoes en ervaar de kracht van biljart.

Voor wie: Voor iedereen die biljarten leuk lijkt

Waar: Noaberhoes aan de Langestraat 155

Wanneer: Elke woensdagmiddag van 13.00 uur tot 17.00 uur

***Informatie bij: Han Blanke 06 511 588 66
of Louis Bouwmeester 074 3762614***