



De eerste beweegbank voor senioren staat in de tuin van het dienstencentrum Nobele Donk. — © Marc Wouters

Eerste beweegbank voor senioren staat aan dienstencentrum Nobele Donk

Ekeren -

In de tuin van dienstencentrum Nobele Donk in de Prinshoeweweg staat de eerste beweegbank voor senioren in Antwerpen. Zo'n toestel biedt de mogelijkheid om op een laagdrempelige manier meer te bewegen.

Zaterdag 16 juli 2022 om 16:42



Lucienne, Jenny en Guy testen de beweegbank. In de achtergrond Marleen Mortelmans, coördinator van het dienstencentrum (rode bloes) en districtsschepen Annemie Plompen. — © Mawo

“Het idee werd vorig jaar door de senioren zelf gelanceerd tijdens de seniorendag”, zegt districtsschepen Annemie Plompen (N-VA). Een beweegbank is geen gewone zitbank, maar biedt ook de mogelijkheid om te bewegen. In 10 minuten kan je naar eigen mogelijkheden 12 oefeningen uitvoeren.