

WIJK ACTIEF

UITNODIGING



Beste heer of mevrouw,

De Open Universiteit en gemeente Bladel nodigen u uit om mee te doen aan Wijk Actief. Dit is een wijkprogramma dat mensen helpt bij het gezond ouder worden. Daarmee bedoelen wij dat mensen op een fijne manier hun dag kunnen invullen. Ook op latere leeftijd.

Het wijkprogramma is gemaakt door de Open Universiteit, samen met uw gemeente en mensen van uw leeftijd.

Wat houdt dit wijkprogramma in?

Het programma bestaat uit een aantal onderdelen:

- Bewegeadvies Actief Plus

Actief Plus geeft u persoonlijke tips en adviezen over bewegen, die passen bij uw situatie en wat u leuk vindt om te doen.

- Informatiegids over uw buurt

U krijgt van ons informatie over leerzame, actieve en gezellige activiteiten in uw buurt. Ook krijgt u een handig overzicht van cursussen en/of zorgaanbieders in uw omgeving.

- Wijk Actief Strippenkaart

Met een strippenkaart kunt u verschillende activiteiten in uw buurt gratis een keertje uitproberen.

U kiest altijd zelf aan welke onderdelen of activiteiten u mee wilt doen.



Hoelang duurt het wijkprogramma?

Wijk Actief start in uw buurt met een **feestelijke snuffelmarkt op 21 maart om 14:00 uur** in MFA Hart van Hapert. **U bent hierbij van harte welkom!** Hier kunt u kennismaken met alle lokale organisaties die meewerken aan Wijk Actief.

Laat u ons even weten of u komt? U kunt zich alvast aanmelden voor Wijk Actief en de snuffelmarkt met het formulier bij deze brief. Meer informatie hierover vindt u op de achterkant.

Het wijkprogramma duurt na de snuffelmarkt ongeveer 3 maanden. Dit betekent dat er tijdens deze periode allerlei leuke en leerzame activiteiten worden georganiseerd. Ook kunt u tijdens deze drie maanden gebruik maken van uw strippenkaart, waarmee u sommige activiteiten gratis kunt uitproberen.

Veel activiteiten worden nog steeds in uw buurt georganiseerd nadat Wijk Actief klaar is. Misschien vindt u wel een leuke of leerzame activiteit die u voor langere tijd wilt blijven doen. Hierover kunt u in gesprek gaan met de organisatie of vereniging die deze activiteit organiseert.

Wat vragen wij van u?

Als u gebruik wilt maken van Wijk Actief vragen wij u om 3 keer een vragenlijst in te vullen:

- **Vóór de snuffelmarkt in uw buurt**

- **3 maanden na uw aanmelding**

- **6 maanden na uw aanmelding**

Deze vragenlijsten gaan over verschillende onderwerpen, zoals bewegen en uw buurt. U kunt deze vragenlijsten op papier of digitaal invullen. Het invullen van een vragenlijst duurt ongeveer 30 minuten.

Lees verder op de achterkant

Tijdljn Wijk Actief



Wilt u graag meedoen?

Bent u 65 jaar of ouder? En wilt u meedoen aan Wijk Actief? Bij deze brief zit een aanmeldformulier en -envelop.

Het formulier kunt u invullen en met de envelop naar ons versturen. Een postzegel is niet nodig! Wij nemen hierna zo snel mogelijk contact met u op, zodat u kunt beginnen met de eerste vragenlijst.

Het is belangrijk dat u de eerste vragenlijst invult **vóór de snuffelmarkt**. Wacht daarom niet te lang met het versturen van uw antwoordformulier. Ook zijn er maar een beperkt aantal plekken beschikbaar binnen het wijkprogramma. Wees er dus snel bij om zeker te zijn van uw deelname!

Als u meedoet maakt u zelfs kans op een mooie prijs, namelijk een tablet! Ook krijgt u na het invullen van de eerste vragenlijst uw eerste persoonlijke beweegadvies. Zo kunt u thuis gelijk aan de slag.

Inloop

Bent u benieuwd naar Wijk Actief? Of maakt u graag eens kennis met ons team?

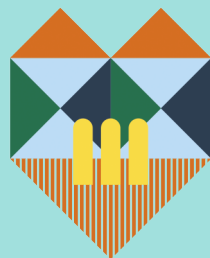
Kom dan een keer langs bij ons **inloopmoment**. Hier kunt u terecht voor informatie over Wijk Actief in het algemeen of met specifieke vragen over het wijkprogramma. Ook helpen wij u graag bij het invullen van de eerste vragenlijst.

Waar

Onze inloop vindt u in het MFA Hart van Hapert aan de Oude Provincialeweg 21, 5527 BM in Hapert.

Wanneer

Onze inloop vindt plaats op donderdag 09 en dinsdag 14 maart van 10:00 tot 12:00 uur.



WIJK ACTIEF
SAMEN GEZOND OUDER WORDEN!

Wat als u niet wilt meedoen of wilt stoppen?

Meedoen aan Wijk Actief is helemaal vrijwillig. U kiest zelf of u wel of niet meedoet. U kunt ook altijd tussendoor stoppen als u niet meer mee wilt doen. Dan hoeft u ons niet te vertellen waarom u wilt stoppen.

VRAGEN?

Heeft u vragen over Wijk Actief?
Dan kunt u hulp vragen aan ons team.
Wij helpen u graag verder!

U kunt ons bellen via tel. 06-53437241 of een e-mail sturen naar projectwijkactief@ou.nl.



Mevr. Lieke Duijsens
Wetenschappelijk onderzoeker



Mevr. Alissa Paas
Onderzoeksmedewerker



Prof. Dr. Catherine Bolman
Hoogleraar eHealth-toepassingen

DOE MEE!

AANMELDFORMULIER

Voorletters:	<input type="text"/>
Achternaam:	<input type="text"/>
Geslacht:	<input type="text"/>
Straat en huisnummer:	<input type="text"/>
Postcode:	<input type="text"/>
Plaats:	<input type="text"/>
Email:	<input type="text"/>
Telefoonnummer:	<input type="text"/>

Zet hieronder een kruisje bij de mogelijkheid die het beste bij u past:

- Ik wil meedoen aan Wijk Actief en ik ontvang graag de eerste vragenlijst.**
 - Ik vul de vragenlijsten liever op papier in.
 - Ik vul de vragenlijsten liever digitaal in (op een computer of tablet).
 - Ik kom graag een kijkje nemen bij de snuffelmarkt in mijn buurt.

STOP DIT FORMULIER IN DE ANTWOORDENVELOP

Deze envelop mag u naar ons versturen. Een postzegel is niet nodig!