

Maandag 20 mei

WANDEL MEE TEGEN ALZHEIMER



**De 22e Brugse
mettentocht !**



Ontdek een volledig nieuw parcours dat je leidt door de pittoreske dorpjes Dudzele en Koolkerke, langs het indrukwekkende Fort van Beieren en de schilderachtige Damse Vaart. Voor de avontuurlijke wandelaars is er zelfs een extra lus van 5 km naar het charmante Koolkerke.



**Kom met z'n allen
wandelen op 20 mei in
Brugge!**

STEUN DE STICHTING ALZHEIMER ONDERZOEK DOOR JOUW WANDELTOCHT TE LATEN SPONSOREN!

WAAROM IS JOUW ACTIE VAN BELANG ?

52 MILJOEN. DAT IS HET AANTAL MENSEN MET DEMENTIE IN DE WERELD. EEN AANTAL DAT BIJNA ELKE 20 JAAR ZAL VERDUBBELEN. DE ZIEKTE VAN ALZHEIMER IS MET ONGEVEER 70% VAN DE GEVALLEN DE MEEST VOORKOMENDE OORZAAK VAN DEMENTIE. HELAAS IS DEZE ZIEKTE NOG STEEDS ONGENEESLIJK.

HOEWEL LICHAAMSBEWEGING EN DUS OOK WANDELEN EEN BELANGRIJKE ROL SPEELT BIJ HET VOORKOMEN VAN DE ZIEKTE, BLIJFT WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK DE ENIGE HOOP OM DE ZIEKTE TE STOPPEN.



DUS WAAROM DE TWEE NIET COMBINEREN? DOOR DEEL TE NEMEN AAN 22E BRUGSE METTENTOCHT KAN JE JOUW VRIENDEN EN FAMILIE LATEN SPONSOREN EN DE STICHTING STOP ALZHEIMER STEUNEN, WAARDOOR JE MEER ALZHEIMERONDERZOEK IN BELGIË HELPT TE FINANCIEREN.



1 OP DE 5 MENSEN KRIJGT ALZHEIMER OF EEN ANDERE VORM VAN DEMENTIE. TOCH WORDT ER VEEL TE WEINIG OVER GESPROKEN.

MET DE 22E BRUGSE METTENTOCHT WENST STICHTING ALZHEIMER ONDERZOEK DE BREDE SAMENLEVING TE INFORMEREN EN TE SENSIBILISEREN. KOM DUS MET Z'N ALLEN WANDELEN OP 20 MEI IN BRUGGE, SAMEN STOPPEN WIJ ALZHEIMER.



STEUN STICHTING ALZHEIMER ONDERZOEK

OP DE WANDELTOCHT !

KOOP EEN KEEP WALKING T-SHIRT VAN DE STICHTING VOOR SLECHTS € 5, BESCHIKBAAR IN VOLGENDE MATEN: M, L, XL, XXL

DIT KAN JE TER PLAATSE DOEN BIJ JOUW INSCHRIJVING VOOR DE WANDELING OF VIA VOORBESTELLING PER MAIL NAAR INFO@STOPALZHEIMER.BE



ZET ZELF EEN ACTIE OP TEN BATE VAN HET ALZHEIMERONDERZOEK

EXTRA: IEDEREEN DIE MEER DAN € 100 WEET IN TE ZAMELEN KRIJGT GRATIS EEN KEEP WALKING T-SHIRT!

[KLIK HIER](#) OM EEN ACTIEPAGINA AAN TE MAKEN EN LAAT JE SPONSOREN DOOR FAMILIE EN VRIENDEN. JE KAN JE ALLEEN LATEN SPONSOREN OF IN TEAM. JE TEAMLEDEN KAN JE GEMAKKELIJK TOEVOEGEN EENS EEN ACTIEPAGINA AANGEMAAKT IS. AARZEL DUS NIET OM EEN ACTIE OP POTEN TE ZETTEN MET JE VRIENDEN, JE WANDELCLUB, JE COLLEGA'S OF JE FAMILIE.

****Iedereen die € 40 of meer stort, krijgt natuurlijk een fiscaal attest waardoor hij of zij tot 45% van de storting terugkrijgt van de belastingen!****

ONTDEK DE PRACHTIGE WANDELROUTES



SLENTER DOOR DE SCHILDERACHTIGE STRATEN VAN ST.-KRUIS EN KOOLKERKE EN LAAT JE BETOVEREN DOOR HET ADEMBENEMENDE LANDSCHAP LANGS HET FORT VAN BEIEREN EN DE IDYLLISCHE DAMSE VAART. IN SAMENWERKING MET **DE BRUGSE METTEN WANDELCLUB** NODIGEN WE JE UIT OM DEEL TE NEMEN AAN DEZE BIJZONDERE TOCHT.



MET AFSTANDEN VARIËREND VAN 4 KM TOT 32 KM IS ER VOOR ELK WAT WILS! DE ROUTES VAN 4 KM, 6 KM EN 8 KM ZIJN SPECIAAL ONTWERPEN MET HET OOG OP TOEGANKELIJKHEID, PERFECT GESCHIKT VOOR KINDERWAGENS EN ROLSTOELLEN.

VOOR DE RUSTZOEKERS ONDER ONS BIEDEN WE DRIE SERENE LUSSEN AAN DOOR HET GROENE ST.-KRUIS, MET AFSTANDEN VAN 4 KM, 6 KM EN 8 KM. EN VOOR DE AVONTURIERS DIE GRAAG EEN TANDJE BIJZETTEN, LEIDEN WE JE NAAR KOOLKERKE VIA DE BETOVERENDE DAMSE VAART EN LANGS HET IMPOSANTE FORT VAN BEIEREN. MAAK JE KLAAR VOOR EEN EXTRA LUS VAN 5 KM DOOR DE DUDZEELSE POLDERS, MET ROUTES VAN 14 KM, 26 KM EN 32 KM!

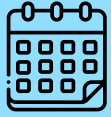


© Frans D'Haeyere

OP 2E PINKSTEREN KIJKEN WE UIT NAAR STRALEND LENTEWEEER EN EEN GEWELDIGE OPKOMST. MIS DEZE KANS NIET OM SAMEN TE GENIETEN VAN DE PRACHTIGE NATUUR EN EEN GEZELLIGE WANDELERVARING TE BELEVEN!

PRAKTISCH

INSCHRIJVINGEN TER PLAATSE DE DAG ZELF !



WANNEER ? MAANDAG 20 MEI

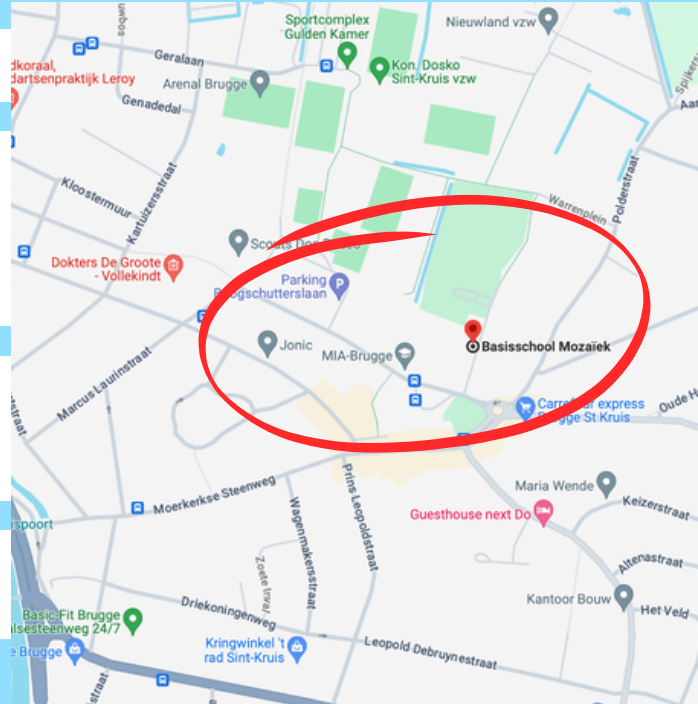


**STARTLOCATIE ? BASISCHOOL MOZAÏEK,
PASTORIEWEG 4, 8380 SINT-KRUIS
(BRUGGE)**



**PARKING BOOGSCHUTTERSLAAN, KERK EN
OMLIGGENDE STRATEN**

AFSTANDEN ? 4-6-8-14-26-32 KM



STARTEN TUSSEN 8 EN 15 UUR – LAATSTE AANKOMST 18 UUR

**BEREIKBAARHEID IS EENVOUDIG MET DE TREIN/BUS:
NEEM VANAF STATION BRUGGE **BUS DE LIJN 1** EN STAP
UIT BIJ HALTE KERK SINT-KRUIS, OP SLECHTS **200
METER VAN DE STARTLOCATIE.****



**RUSTPOST ? BASISCHOOL DE SMALLE KOOKELKERKE,
SMALLESTRAAT 2, BRUGGE**



**PRIJS: LEDEN WANDELSPORT VLAANDEREN: € 1,50
– NIET-LEDEN: € 3.**



WIJ WANDELEN OPNIEUW MEE !



Annie

”

“VORIG JAAR KREEG IK DE GELEGENHEID OM MEE TE DOEN AAN EEN WANDELING GEORGANISEERD DOOR STOP ALZHEIMER IN BRUGGE. HET WAS EEN AANGRIJPENDE EN MOTIVERENDE ERVARING. HET WANDELEN DOOR DE SCHILDERACHTIGE EN HISTORISCHE STRATEN VAN BRUGGE, TE MIDDEN VAN MENSEN DIE ZICH INZETTEN VOOR HETZELFDE DOEL - DE STRIJD TEGEN DE ZIEKTE VAN ALZHEIMER - MAAKTE EEN DIEPE INDRUK OP MIJ.”



Fred en Miriam

”

“WE NODIGEN IEDEREEN UIT OM ZOALS ONS DEEL TE NEMEN AAN DEZE WANDELING. HIERBIJ ONTDEK JE NIET ALLEEN BRUGGE OP EEN VERNIEUWENDE MANIER, MAAR LEVER JE OOK EEN WAARDEVOLLE BIJDRAGE AAN EEN BELANGRIJK DOEL. SAMEN KUNNEN WE HET VERSCHIL MAKEN IN DE STRIJD TEGEN ALZHEIMER.”

IN SAMENWERKING MET

