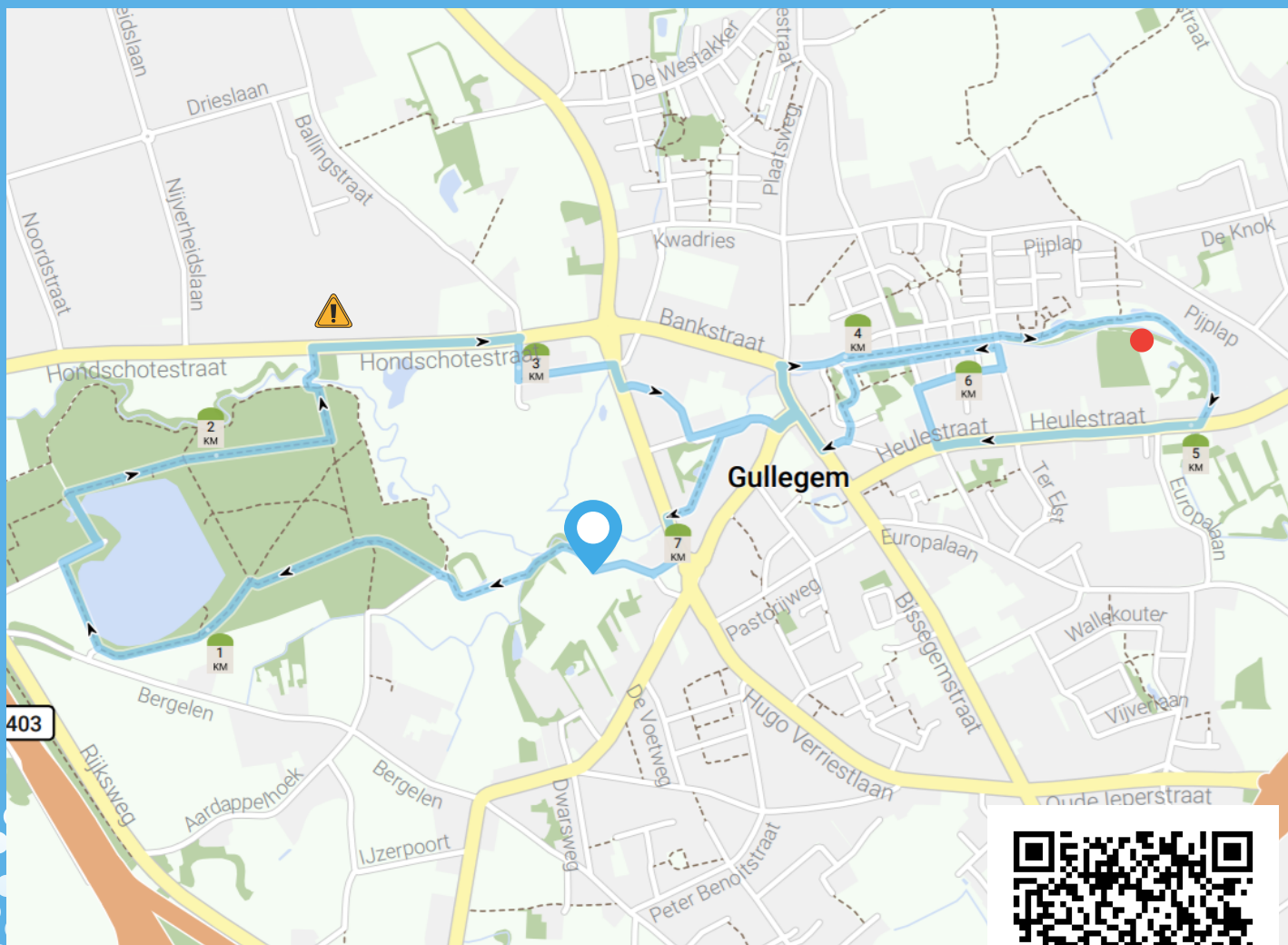


GULLEGEM (WEVELGEM)

10.000 stappenwandeling CONTREI Live



Poezelhoek 12
(Parking F.C. Gullegem)
8560 Wevelgem



7.3 km



Timeless Waves

Žilvinas Stasiulevicius

Groen Lint Gullegem (Wevelgem)

Vijf grote schommels herstellen op een speelse manier de relatie tussen mens, landschap, verleden en heden. De doeken waarin je schommelt, verwijzen naar het gouden vlasverleden van de streek en naar de zeilen van de koopvaardijsschepen. Het schommelen zelf roept fijne jeugdherinneringen op en doet denken aan het dobberen van de boten en het vloeien van de rivier. Het surrealistische beeld van *Timeless Waves* geeft het Heulebeeklandschap dynamiek. De schommels nodigen uit, tijdloos wiegend op de golven in zeeën van vlas en gras.



Scan de QR-code en navigeer via je smartphone.

www.logoleieland.be | www.contreilive.be



CONTREI Live



Een kleine stap voor de mens... een grote stap voor je gezondheid!

...



Regelmatig bewegen is nodig om gezond te blijven.
Wandelen is de makkelijkste en goedkoopste manier van bewegen.



Door dagelijks 10.000 stappen (8.000 voor 65-plussers) te zetten,
verbeter je je gezondheid en verklein je de kans op ernstige ziekten,
zoals hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en kanker.



Zijn 10.000 stappen niet meteen haalbaar voor jou?
Ga dan beetje bij beetje meer bewegen. Want, elke stap die je zet, is er eentje in de goede richting!



Wist je dat bewegen ook bijzonder goed is voor je geestelijke gezondheid?
Voel je jou wat minder goed in je vel, zoek je hulp of wil je iemand anders helpen?
Kijk dan eens op **kzitermee.be**.

Wil jij of een vriend/familielid meer bewegen, maar weet je niet hoe eraan te beginnen?
De beweegcoach helpt je verder. Meer info op **bewegenopverwijzing.be** of vraag raad aan je huisarts.

10.000 STAPPEN
PER DAG

