



Zaterdag 24 mei 2025

Pelgrimswandeling naar de pelgrimshoeve Vessem **15 kilometer**

Voor beginnende en geoefende wandelaars

In het kader van Positieve Gezondheidszorg organiseert Huisartspraktijk Riethoven een begeleidde wandeling naar Vessem toe door assistente/spreekuurondersteuner Coralie Popper (zelf pelgrim).

We nodigen in het bijzonder juist mensen uit die geen of weinig wandelervaring hebben. Doormiddel van een aantal gezamenlijke bijeenkomsten met wandelingen lopen we 24 mei samen naar de pelgrimshoeve in Vessem waar vrijwilligers ons staan op te wachten met een kopje koffie met wat lekkers. Aldaar kunt u desgewenst een steentje neerleggen aan de "Cruz de Ferro".

Gezellig en vooral gezond. Wandelen is een fantastische manier om positief bij te dragen aan uw gezondheid. Niet alleen lichamelijk maar ook mentaal.

Bent u benieuwd wat wandelen voor u kan gaan betekenen en bent u nieuwsgierig geworden?

Meldt u dan aan via het onderstaande formulier of stuur een mailtje naar:

c.popper@gcriethoven.nl

Deelname is gratis maar de pelgrimshoeve vraagt een kleine bijdrage van €4,80 p.p. voor koffie/thee en krentenbrood. Tijden worden nader bepaald.

Programma:

Vrijdag 4 april samenkomst:

Waarom is wandelen zo gezond?

2,5 km wandelen

Vrijdag 18 april

Wat kan je verwachten van wandelen?

5 km wandelen

Zaterdag 10 mei

Voorbereiden op een lange tocht

10 km wandelen

Zaterdag 24 mei

Pelgrimswandeling naar Vessem

15 km wandelen

Coralie liep ruim 3500 km aan pelgrimswegen naar Santiago de Compostella en Trondheim. Wandelen gaf haar veerkracht, rust, zelfvertrouwen, groter bewustzijn, en een algehele gezondere levensstijl. Naast haar werkzaamheden bij Huisartspraktijk Riethoven is Coralie yoga en meditatie docent in België.

NB: Coralie is nog op zoek naar pelgrims uit Riethoven of omgeving of ervaren wandelaars die mee willen lopen naar Vessem om de groep te ondersteunen/motiveren en mooie verhalen te delen.