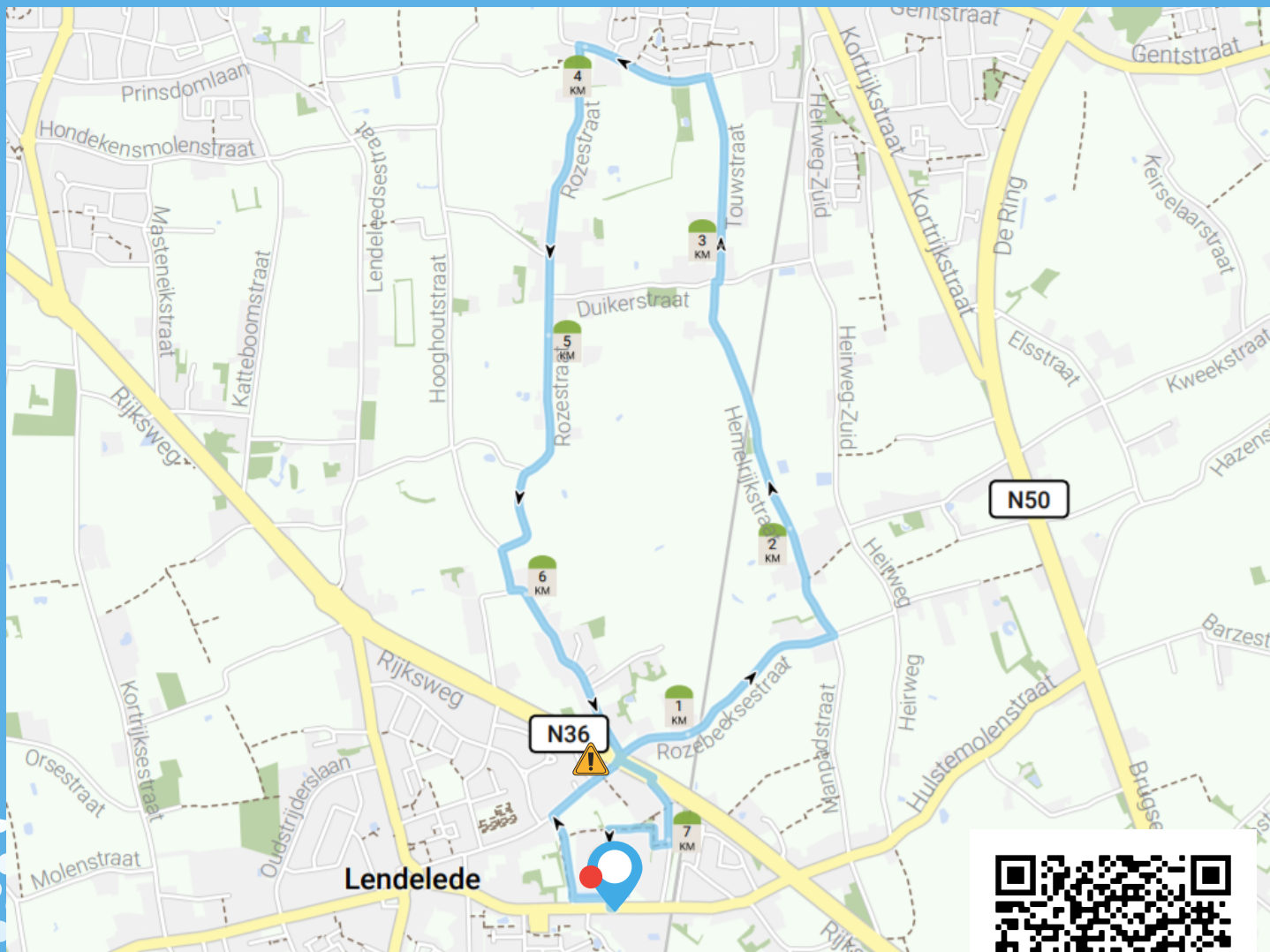


LENDELEDE

10.000 stappenwandeling CONTREI Live



Stationsstraat 60
8860 Lendeledede



7.5 km



Deer Fountain #2
Willem Boel
Nelca (Lendeledede)

Zeven steigerende kruitwagens op een steiger worden gevuld met water tot ze schijnbaar ongecontroleerd hun inhoud weer naar beneden storten. De installatie met de kiepende kruitwagens is een fontein die voor een frisse dynamiek zorgt, meedogenloos en poëtisch in het niet-afl atende vullen en ledigen. 'Deer' verwijst naar de bamboefonteintjes in Japanse tuinen die oorspronkelijk werden gebruikt om herten weg te jagen met hun ritmische kantelbeweging. Een dubbele bodem die de kruitwagens meer inhoud geeft dan water alleen.



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

