

# Gezonde voeding & Gezond leven

Zorg goed voor jezelf: je bent het waard!

**Wil jij meer weten over gezond en betaalbaar eten en drinken?  
Wil jij een gezonder gewicht?  
Hoe kan je hieraan werken?**

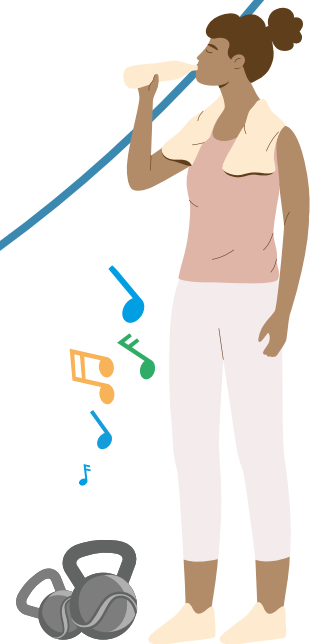
**Doe mee met deze cursus en meld je aan!**

Iedere week krijg je 2 uur les:

1 uur over gezonde voeding & gezond leven  
1 uur actief bewegen

De cursus duurt 12 weken:

(10 weken les + 2 persoonlijke gesprekken)



**Datum: iedere vrijdag**

**april: 18**

**mei: 09, 16, 23, 30**

**juni: 06, 13, 20, 27**

**juli: 04, 11**

**Tijd:**

9:30-11:30 uur

**Locatie:**

HvdW Millinxparkhuis

Millinxstraat 69

**Meer weten of aanmelden**

neem contact op met

**Munevver Yalniz**

**Email:**

M\_u\_newer12@hotmail.com

**Tel:**

06-41210954

**De cursus is gratis!**