

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?**

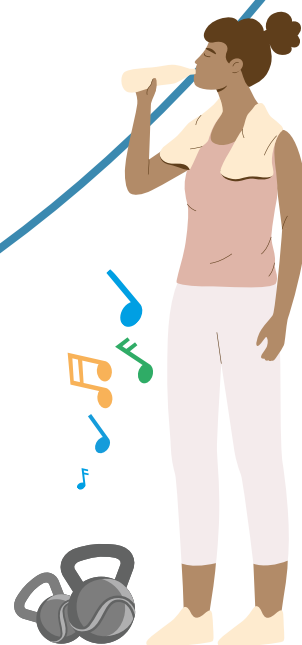
Doe mee met deze cursus en meld je aan!

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)



Ik wil meer
leren over
voeding



Datum: iedere dinsdag

mei: 20, 27

juni: 03, 10, 17, 24

juli: 01, 08, 14

sep: 02, 09

Tijd: 10:00-12:00 uur

Locatie:

Huis van de Wijk
Teldersweg 239

Meer weten of aanmelden

neem contact op met

Walter van Vliet

Email:

walter.vanvliet@gro-up.nl

Tel:

06-22616290

De cursus is gratis!