

Gezonde voeding & Gezond leven

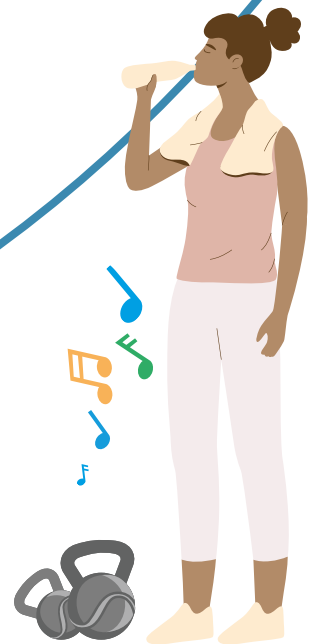
Zorg goed voor jezelf: je bent het waard!

**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 vrijdag

mei: 09, 16, 23, 30

juni: 06, 13, 20, 27

juli: 04, 11, 18

Tijd:

10:30-12:30 uur

Locatie:

HvdW 't Steiger (Katendrecht)
Fruitlaan 6

Meer weten of aanmelden
neem contact op met
Fardau Meijerink

Email: fmeijerink@solnetwerk.nl
Tel: 06-14711448

De cursus is gratis!

SOL

IN
MOVEMENT
zet in beweging
www.inmovement.nl