

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!

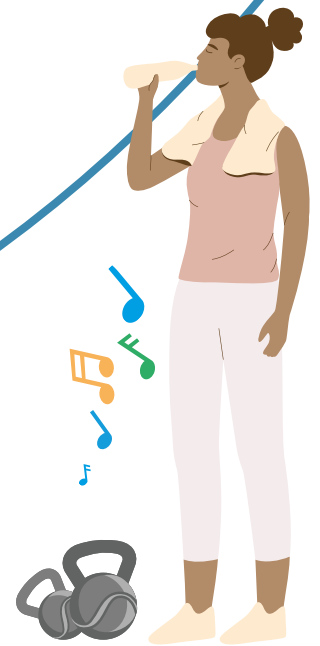
Iedere week krijg je 2 uur les:

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: 11, 18

mei: 09, 16, 23, 30

juni: 06, 13, 20, 27

juli: 04

Tijd:

14:00-16:00 uur

Locatie:

HvdW Lage Land
Remmet van Milplaats 15

Meer weten of aanmelden

neem contact op met

Jennifer van Genderen

Email:

j.van.genderen@inmovement.nl

Tel:

06-50233248

De cursus is gratis!

