

Gezonde voeding & Gezond leven

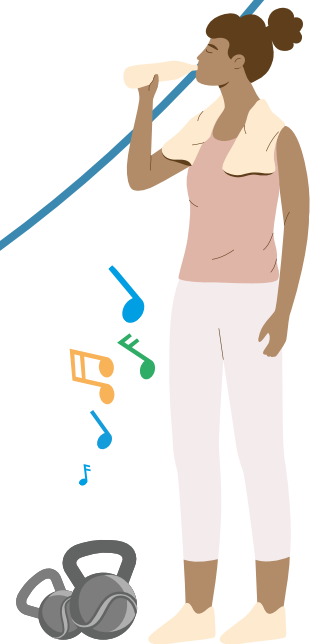
Zorg goed voor jezelf: je bent het waard!

**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 maandag

mei: 12, 19, 26
juni: 02, 16, 23, 30
juli: 07, 14
sep: 01, 08

Tijd:
9:30 - 11:30 uur

Locatie:
HvdW De Zevensprong
Mosoelstraat 20

Meer weten of aanmelden
neem contact op met
Els Hijlkema
Email:
ehijlkema@dock.nl
Tel:
06-59926203

De cursus is gratis!

