

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!

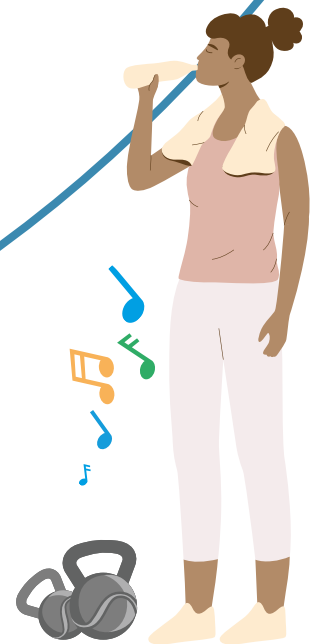
Iedere week krijg je 2 uur les:

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

sep: 15, 22, 29

okt: 06, 13, 27

nov: 03, 10, 17, 24

dec: 01

Tijd:

10:00-12:00 uur

Locatie:

Het Klooster Oude Noorden

Ruivenstraat 81

Meer weten of aanmelden

neem contact op met

Hatice Batur

Email:

hbatur@solnetwerk.nl

Tel:

06-1203683

De cursus is gratis!