

Gezond op eigen kracht



**Waar kan ik leuk bewegen?
Wat is gezond eten?
Hoe kan ik ontspannen?**

In deze cursus zoeken we samen naar de antwoorden

Maandag 3 juli informatiebijeenkomst, 14.00 tot 16.00 uur

Maandag 10, 17, 24, 31 juli, van 14.00 tot 16.00 uur

Maandag 7, 14, 21, 28 augustus, van 14.00 tot 16.00 uur

Locatie Het Zwanenmeer, Beemsterstraat 491, 1024 BE Amsterdam

Ben je nieuwsgierig geworden? Kom dan naar de informatiebijeenkomst!

Meer informatie en aanmelden: Jago Bunnik 06 835 61797

Janine Drewes 06 1311 8509

Gratis!

Gezond Noord is een samenwerking van Doras en Buurtteam Amsterdam Noord

HULP BIJ AFVALLEN 🍷 SAMEN BEWEGEN 🍷 STOPPEN MET ROKEN 🍷 LEREN ONTSPANNEN 🍷 GEZELLIGHEID