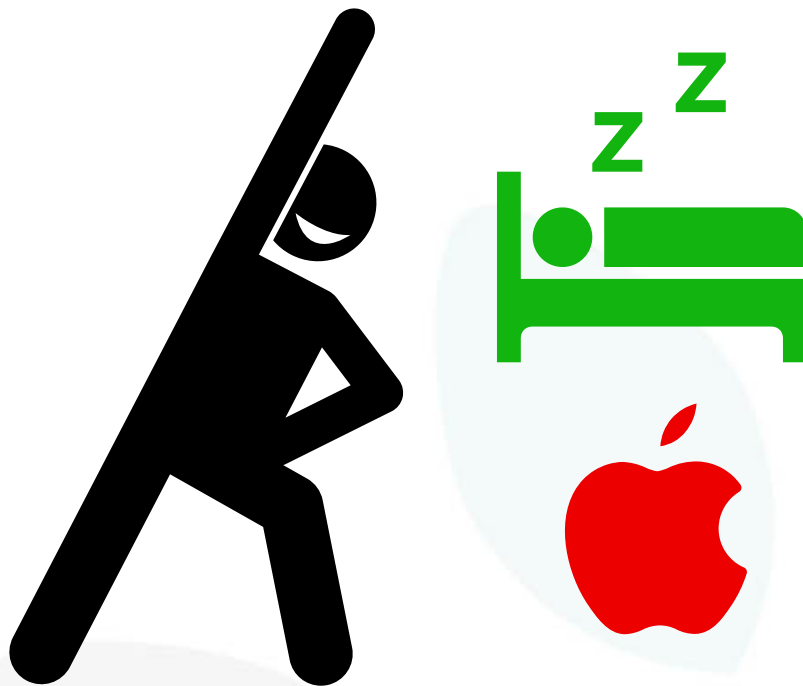


Gezond op Eigen Kracht [senioren]

Bent u 70 jaar of ouder en wilt u meer te weten komen over fit blijven, gezonde voeding en veiligheid? En daarnaast met leeftijdgenoten terugkijken op uw leven?



We hebben een speciale cursus voor u ontworpen. Na 10 bijeenkomsten gaat u goed voorbereid de volgende levensfase in. Gewapend met een boekje dat uw leven illustreert, door uzelf gemaakt! Doet u mee?



www.doras.nl

GEZOND
NOORD



Doras

MAATSCHAPPELIJKE DIENSTVERLENING

Gezond op Eigen Kracht [senioren]

Data

dinsdag 28 juni (informatiebijeenkomst)

5, 12, 19 en 26 juli

2, 9, 16, 23 en 30 augustus 2022

Tijd

van 10.00 tot 12.00 uur

Locatie

Buurtkamer Heliotroop

Heliotroopstraat 27

1032 BB Amsterdam

Meer informatie en aanmelden

Klazien Kruisheer 06 - 1355 0334

Janine Drewes 06 - 1311 8509



www.doras.nl

GEZOND
NOORD



Doras

MAATSCHAPPELIJKE DIENSTVERLENING