



Gezon**D**alfsen

Informatiebijeenkomsten

Cursus gezonde leefstijl

Maandagavond 23-09 20:00 uur
of Woensdagochtend 25-09 10:00 uur
Jongerensoos Trefkoele +

**Aanmelden via:
gezonddalfsen@gmail.com**

Gezond Dalfsen

In het najaar van 2019 start de mogelijkheid tot het volgen van een cursus waarmee in 5 bijeenkomsten de belangrijkste thema's langskomen voor een gezonde leefstijl. Een cursus waar iedere Dalfsenaar (jong en oud) aan mee kan doen. Voor de start van de cursus worden er informatiebijeenkomsten geboden die meer inzicht en uitleg geven.

Op de informatiebijeenkomsten zullen we een film laten zien over een dorpje in Brabant waar een aantal jaar geleden een gezond-dorp-project is gestart, dat een groot succes geworden is: veel van de mensen die meedoen voelen zich fitter, zijn afgevallen of gebruiken minder medicatie. Daar komt bij dat het merendeel dat toentertijd begon, nog steeds enthousiast is over deze gezonde leefstijl. Voldoende motivatie en inspiratie om het concept in de vorm van een cursus naar Dalfsen te halen!

Meld je aan op gezonddalfsen@gmail.com

