

Leefstijl

Wat:

*In een groep vrijblijvend stilstaan bij je leefgewoontes.
Bewegen, eten, denken en doen, sociale contacten, vrije
tijd enz....*

*Ben je tevreden met deze gewoontes?
Welke gewoontes leveren je veel plezier op?
Wil je andere keuzes maken?
Wat heb jij nodig om andere keuzes te maken?
Welke kansen kun je benutten?
Welke manieren ondersteunen je hierin?*



Wanneer:

*Vanaf oktober elke 2^e maandag van de maand in de
Gerarduskerk
13.30 uur tot 16.00 uur*

Thema 11 oktober: beweeggewoontes.

*Interesse, nieuwsgierig geworden, vragen?
Wil je je aanmelden?*

*06 30 87 70 30
Erika, Joke, Yamilla, Mickey en Marloes*