

“ALS IK HET KAN, KAN JIJ HET OOK,,

STAP VOOR STAP NAAR EEN GEZONDER LEVEN



sportaal
SAMEN SPORTIEF SCOREN

Kijk voor meer informatie op sportaal.nl/gezonderleven

De Beweegmakelaar wordt
mede mogelijk gemaakt door...



Gemeente  Enschede

STAP VOOR STAP NAAR EEN GEZONDER LEVEN

Soms is goed in je vel zitten helemaal niet vanzelfsprekend. Samen met onze Beweegmakelaar zet je (gratis) de eerste stap naar een gezonder leven.

Doe mee, voel je fitter en meer ontspannen.

01 Zet zelf de eerste stap en neem contact op.

Geef je op via www.sportaal.nl/gezonderleven of bel op werkdagen naar 053 – 48 88 902

02 Samen maken we een persoonlijk plan.

De Beweegmakelaar gaat samen met jou kijken hoe je beter in balans komt. Afhankelijk van jouw gezondheid, interesses en/of hulpvraag, zoeken wij passende ondersteuning.

03 Werken aan een gezonder leven.

Zeker in deze tijd is gezondheid belangrijk. Wacht daarom niet langer en zet vandaag de eerste stap.

Alle activiteiten voldoen aan de voorschriften van het RIVM.



sportaal
SAMEN SPORTIEF SCOREN

Kijk voor meer informatie op sportaal.nl/gezonderleven

De Beweegmakelaar wordt mede mogelijk gemaakt door...



Gemeente  Enschede