

LEEFSTIJLCAFÉ NOORDWIJK

GRATIS

Uitnodiging voor de **allereerste bijeenkomst** over gezond leven voor iedereen uit de gemeente Noordwijk!

Een gezondere leefstijl, waar begin je?

Datum : 11 november 2025

Tijd : 19.15 - 21.30 uur

Locatie : Bibliotheek Noordwijk

Sprekers : Mariska Aanhane en
Lia Meerkerk
(leefstijlcoaches)

Michael Kortekaas
(o.a. bekend van 'Hunted'
en auteur 'Ontdek je
mentale kracht')

Tijdens het café kun je:

- De officiële opening van het Leefstijlloket meemaken
- Luisteren naar inspirerende sprekers én een oud-deelnemer van het GLI-leefstijlprogramma
- Vragen stellen en ervaringen delen
- Kennismaken met de mensen van het Leefstijlloket Noordwijk
- Je aanmelden voor een gratis persoonlijk leefstijlgesprek



WIL JE ER OOK BIJ ZIJN?

Meld je dan snel aan want vol=vol!

Aanmelden via
leefstijlloketnoordwijk.nl
of scan de QR code



Het Leefstijlcafé is voor iedere volwassene in de gemeente Noordwijk die gezonder wil leven of wil ontdekken hoe dat kan.

Ontmoet lokale professionals op het gebied van bewegen, voeding, slaap, ontspanning, minderen met alcohol en stoppen met roken. Zij helpen je graag verder.



**Leefstijlloket
Noordwijk**

Samen naar een gezonder leven

de Bibliotheek
Bollenstreek

www.leefstijlloketnoordwijk.nl