



Leven in beweging

# Tour van de Kei door Kerkrade

## Doe je mee?

Maak kennis met  
Positieve Gezondheid



[www.vie-kerkrade.nl](http://www.vie-kerkrade.nl)

## Maak kennis met Positieve Gezondheid

Positieve Gezondheid is een manier om anders naar je gezondheid te kijken. Wat is nu écht belangrijk voor jou? Wil je gezonder gaan eten? Meer nieuwe dingen ontdekken? Of juist iets doen voor een ander? Het gaat erom dat je je lekker in je vel voelt, op de manier die bij jou past. Maar hoe dan? Maak dan kennis met Positieve Gezondheid!

### Wat ga je doen?

Je krijgt op een makkelijke manier uitgelegd wat Positieve Gezondheid is. Daarna ga je hier zelf mee aan de slag. Je komt erachter hoe het met je gaat en wat voor jou echt belangrijk is. Dit helpt je bij het maken van de juiste keuzes in een richting en op een tempo die bij jou past.

## Geef je nu op!

Deelname is gratis

**Woensdag 15/11 om 16:00 uur - Sjevèmethoes**

**Donderdag 23/11 om 13:00 uur - Socioproject**

**Maandag 27/11 om 12:30 uur - Bleijerhoes**

Deelname op basis van inloop

Duur: ca. 2,5 uur

Iedereen is van harte welkom!