

in Den Helder

POSITIEF GEZOND

KOM NAAR HET GROEPSCONSULT

Vrijdag 6
of 20 maart

SAMEN WERKEN WE AAN EEN BETERE GEZONDHEID!

Op de achterkant is meer informatie te lezen over de groepsconsulten van vrijdag 6 of 20 maart.



Huisartsenpraktijk
Samen Gezond
Den Helder



dieet&co





EEN GEZONDERE STAP VOORUIT!

Zin in een gezondere stap vooruit? Kom naar het groepsconsult waar we samen werken aan een betere gezondheid!

- Leer meer over je eigen gezondheid.
- Doe de gratis gezondheidscheck: laat je BMI en buikomvang meten.
- Stel vragen aan mensen met veel kennis en ervaring.
- Ontdek wat er in Den Helder te doen is op het gebied van sport, zorg en welzijn.

VOOR WIE?

De gratis groepsconsulten zijn voor mensen die een verhoogde kans hebben op diabetes (suikerziekte) of hart- en vaatziekten. Ook anderen zijn van harte welkom om mee te doen.

MELD JE AAN!

Meedoen? We zien je graag!

Meld je aan bij Marijke de Wijs via: mdewijs@teamsportservice.nl *Aanmelden is verplicht.

Wanneer: Vrijdag 6 of 20 maart 2026

Tijd: 12:00 tot 13:30 uur

Waar: MFC 't Wijkhuis | Texelstroomlaan 5 Den Helder

Vragen of meer informatie? Neem contact op met Marijke via bovenstaand emailadres.