

MEET, WEET EN BEWEEGDAG



ZATERDAG 29 SEPTEMBER 2018

MEET, WEET EN BEWEEGDAG

Wat worden jouw goede voornemens na de zomervakantie? Stoppen met roken, meer bewegen, gezonder eten? Wij helpen je op weg! Op zaterdag 29 september 2018 kun je je laten testen tijdens de **Meet, weet en beweegdag** bij trainingscentrum Teun & Paul in Someren.

DATUM: Zaterdag 29 september 2018

TIJD: Tussen 11.00 en 14.30 uur kan gestart worden met de testen. Het testen duurt ongeveer 1,5 uur

LOCATIE: Trainingscentrum Teun & Paul, Verdonckstraat 2 in Someren

VOOR WIE: Volwassen inwoners uit de gemeente Someren

KOSTEN: Deelname is gratis

AANMELDEN: Inschrijven is verplicht!

Je kunt je aanmelden bij de GGD Brabant-Zuidoost, op ma t/m do tussen 9.00-16.00 uur via: 088 0031 436 (Van 24 juli t/m 20 augustus 2018 is dit nummer niet bereikbaar). Maximaal 60 personen kunnen zich laten testen.

WAT LEVERT HET JE OP?

Aan de hand van de testen krijg je inzicht in je gezondheid en krijg je van de aanwezige professionals persoonlijk advies. We doen de volgende testen:

- Conditietest en analyse mobiliteit
- Bepaling Body Mass Index en vetpercentage
- Meten cholesterol, bloeddruk en bloedsuiker
- Voorlichting over gezonde Voeding en Sport & Beweegmogelijkheden in en rondom Someren.

GA JIJ NA DE ZOMER OOK AAN DE SLAG MET JE GEZONDHEID? TOT 29 SEPTEMBER!

Deze dag wordt mogelijk gemaakt door: Leef Someren, Onis Welzijn, Trainingscentrum Teun & Paul, Zorgboog in balans, Benu apotheek Someren, Fysiotherapie Paul van de Weerden, huisartsengroep het Wijkgebouw, Savant zorg en GGD Brabant-Zuidoost.