



Wat is het? Bij het Actief Leven Gesprek kun je gratis met een leefstijlcoach in gesprek over actiever en gezonder leven.

Wat brengt het? Je ontvangt een advies op maat en tips over jouw gezondheid.

Wanneer? Iedere maandag tussen 10.00 en 12.00 uur. Een afspraak maken is niet nodig.

Waar? Podium Oost, Oudwijkerdwarstraat 148.

Het Actief Leven Gesprek is een initiatief van Oost voor Elkaar en Hogeschool Utrecht (HU) in samenwerking met DOCK en SportUtrecht.

Meer informatie

janneke.luiken@hu.nl en
rix.t.zuidema@hu.nl

