

# WORKSHOP

# COOL 10

Kennismaking	
Basisvoeding	
Plannen gezond gedrag	
Slaap en ontspanning	
Bewegen buiten de sportschool	
Prioriteiten stellen	
Etiket Lezen	
Out of the box denken	
Mind Switch 1	03-02-2026 19:00 uur
Mind Switch 2	14-04-2026 19:00 uur
Mind Switch 3	09-06-2026 19:00 uur
Emotie eten	25-08-2026 19:00 uur
Portiegrootte	06-10-2026 19:00 uur
Kwaliteiten Ontdekken	08-12-2026 19:00 uur
Terugval preventie	16-02-2027 19:00 uur
Hoe nu verder	13-04-2027 19:00 uur

Beste GLI-deelnemer,

De workshops zijn een essentieel onderdeel van het GLI-traject en wij zijn verplicht om uw aan- of afwezigheid te noteren en te verstrekken aan uw zorgverzekering.

Het is dus van belang om aanwezig te zijn bij de workshops, niet alleen om kennis op te doen en te delen maar ook om extra kosten te voorkomen.

Afmelden kan via: [leefstijlcoach@amesdeurne.nl](mailto:leefstijlcoach@amesdeurne.nl) of 0493-316647 aub met opgaaf van reden.

Bij binnenkomst kunt u zich melden bij de balie, hier wordt dan uw aanwezigheid genoteerd.

