

Kennismaking	02-02-2026 19:00 uur
Basisvoeding	02-03-2026 19:00 uur
Etiket lezen + Zout	30-03-2026 19:00 uur
Emotie eten	04-05-2026 19:00 uur
Portiegrootte	01-06-2026 19:00 uur
Mind Switch 1	06-07-2026 19:00 uur
Mind Switch 2	14-09-2026 19:00 uur
Mind Switch 3	05-10-2026 19:00 uur
Kwaliteiten ontdekken	02-11-2026 19:00 uur
Optimale spieropbouw	11-01-2027 19:00 uur
Plannen gezond gedrag	15-03-2027 19:00 uur
Ontdek de geheimen van het metabolisme plan	10-05-2027 19:00 uur
Prioriteiten stellen	21-06-2027 19:00 uur
Slaap en ontspanning	30-08-2027 19:00 uur
Terugvalpreventie	25-10-2027 19:00 uur
Hoe nu verder	10-01-2028 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 of 0493-316647 aub met opgaaf van reden.

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

