EERSTELIJNSZONE ZUIDERKEMPEN

LANGER GEZOND GENIETEN

GRATIS INFOSESSIE

Wil je graag gezond en fit ouder worden?

De intergemeentelijke preventiewerker licht op een toegankelijke manier toe welke voordelen minder alcoholgebruik kan bieden en wat alcohol in combinatie met medicatie met je lichaam doet.

Tijdens deze interactieve infosessie krijg je concrete tips voor een glas minder, wordt de mythe doorprikt dat alcohol goed zou zijn voor het hart en krijg je richtlijnen om gezondheidsrisico's te beperken.

Deze kleine aanpassingen kunnen een grote impact hebben op je gezondheid.

Schrijf je in voor een boeiende sessie vol herkenbare voorbeelden.

KIES DE SESSIE DIE VOOR JOU PAST *(Max. 25 deelnemers)*

1

Donderdag 19 november 2026

18.30 - 20.30 uur

Bibliotheek, Gasthuisstraat 29, 2450 Meerhout

2

Maandag 23 november 2026

14.00 - 16.00 uur

VTC de Mixx, zaal Berghum, Asbroek 1H, 2230 Herselt

VOOR WIE? **Voor 55-plussers**

SCHRIJF JE GRATIS IN!

VIA DEZE LINK of scan de QR-code

Scan mij!

CENTRUM GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG KEMPEN

Vlaanderen is zorgzaam en gezond samenleven

ELZ Zuiderkempen vzw, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo | Ond.nr. 0739.821.671 RPR Antwerpen afdeling Turnhout | info@elzzuiderkempen.be | www.elzzuiderkempen.be