



GEZOND & WEL

Hoe ga je om met grote
veranderingen in je leven?

Een cursus van 4 bijeenkomsten waarin we nadenken over grote veranderingen in het leven (o.a. pensionering, scheiding, verhuizing) om zo gezondheidsrisico's te verkleinen en het welzijn te vergroten.

De bijeenkomsten vinden plaats op woensdag:

27 oktober
3 november
10 november
17 november

Van 19.30 - 21.30 uur in Ontmoetingscentrum Van Noord (Lekkenburg 1, Gouda)

Aanmelden kan tot uiterlijk 20 oktober bij
Linda Hart: l.hart@sociaalteamgouda.nl

De cursus is gratis. Er is ruimte voor 10 deelnemers (coronaproef).

Deze cursus is een initiatief van het Platform Eenzaamheid Gouda Noord in samenwerking met Humanitas, Plicare, Mantelzorg Centraal en het Sociaal Team Gouda.