

Samen gezond

Hoe gezond ben jij?

Wat ga jij doen om gezond te blijven of gezonder te worden?

Hoe ga je dat doen?

Wat kunnen wij voor je doen om jou te helpen?

Wil jij hulp of ondersteuning?

Leefstijlbegeleiding zit in jouw cao-pakket.
Je kunt hier dus **gratis** gebruik van maken.

Hoe doe je dit:

- Maak een afspraak bij je bedrijfsarts
- Of ga naar het PAGO/DIA

Een leefstijlbegeleider gaat dan een half jaar samen met jou kijken naar hoe je eet en beweegt, en kan helpen bij stoppen met roken.

Meer weten?

Neem contact op met Vollandis.

Telefoonnummer: 0341 499 299 of stuur een e-mail naar: info@vollandis.nl

Deze factsheet is beschikbaar gesteld door: