



Beweeg mee naar een rookvrij leven!

Doe mee met GRATIS rookstopcoaching in Ontmoetingscentrum De Rietschoot. In een groep bij jou in de buurt werk je allemaal aan hetzelfde doel: **Stoppen met roken.**

Als je samen stopt met roken onder begeleiding van een professionele coach, is de kans van slagen maar liefst vier keer groter. Natuurlijk is het ook gezelliger!

Doe mee en
ontvang een
relaxpakket
t.w.v € 50,- na
afrondding

GRATIS!

Kijk op de achterkant van deze flyer voor meer informatie.

Wat kun je verwachten?

- **Samen** met anderen naar een rookvrij leven
- **Ondersteuning** door een rookstopcoach
- **GRATIS** hulpmiddelen, zoals nicotinepleisters
- Wekelijks samen **bewegen** op jouw niveau
- **Ontspanning** en leren om beter met stress om te gaan
- Je lekkerder in je vel voelen en **meer energie** hebben



Locatie en meer informatie

De activiteiten vinden plaats in en rondom Ontmoetingscentrum De Rietschoot.

Op www.rietschoot.nl/beweegmee vind je meer informatie over het programma en wanneer de eerstvolgende groep start.



Scan mij

Maximaal 15
deelnemers
VOL = VOL

Vragen of aanmelden? Neem contact op met Roken & Zo via j.vanderpol@groupsforbalance.nl of bel 06 - 18 70 11 71.

Doe mee en zet vandaag de stap naar een gezonder, fitter en rookvrij leven!