

30 DAGEN GEZONDER

1 t/m 30 maart

Welke uitdaging
ga jij aan?

In 30 dagen een gezonde
gewoonte aanleren? Het kan!



10.000 STAPPEN PER DAG?

ELKE DAG KOUD AFDOUCHEN?

OF KIES EEN
ANDERE
UITDAGING

30 DAGEN ALCOHOLVRIJ?



Meld je aan op
30dagegezonder.nl

DOE GRATIS
MEE! ALLEEN
OF MET
ANDEREN



30dagegezonder is een actie van de GGD

