

## Welke uitdaging gaat u aan in maart?

Word ambassadeur in uw gemeente en daag andere uit om met u mee te doen!



30dagengezonder  
1 t/m 30 maart 2020





## Welke uitdaging gaat u aan in maart?

- 30 dagen 10.000 stappen zetten
- 30 dagen niet snoepen
- 30 dagen mobiel een uurtje uit
- of kies een andere uitdaging die bij u past.

**30 dagen  
gezonder**

**In 30 dagen een gezonde gewoonte aanleren. Het kan!**

**Wij helpen u het vol te houden.**

Op [www.30dagengezonder.nl](http://www.30dagengezonder.nl) vindt u meer informatie. Wilt u een uitdaging aangaan? Neem dan contact op met Marloes Bosselaar via [mbosselaar@ggdhn.nl](mailto:mbosselaar@ggdhn.nl) of 06 128 361 97.