

✓ GEZONDER ✓ SLANKER ✓ ENERGIKER

Uddel fitter

Doe mee en word ook fitter!

Met begeleiding van jouw lokale zorgverleners



Werk aan een gezondere leefstijl

Wil je werken aan een gezondere leefstijl:

jezelf weer fit voelen,
een sterkere weerstand
opbouwen en je vooral prettig
voelen in je lijf? Weet je niet
waar je moet beginnen en
vind je het lastig om een
gezonde leefstijl vol te
houden? **Geef je dan
op voor Uddel fitter!**

Wat is 'Uddel fitter'?

Uddel fitter is een mooie samen-
werking tussen jouw lokale
zorgverleners; praktijkondersteuner
van de huisartsenpraktijk, diëtist
en fysiotherapeut werken nauw
samen om jou de beste begeleiding
en motivatie te bieden om fitter te
worden.

Voor wie?

Volwassenen met overgewicht.



Meld je aan

Wil je meedoen met Uddel fitter en snel beginnen met
een gezondere leefstijl? Mail voor meer informatie:
poh@huisartsuddel.nl. Vermeld je telefoonnummer,
dan bellen wij je terug.

