

Gezond, lekker & voordelig eten?

Ontdek tijdens 2 bijeenkomsten op 2 en 9 november 2026 hoe je met slimme keuzes gezond en lekker kunt eten én kunt besparen op je boodschappen.



Twee praktische avonden over gezond eten

Gezond en lekker eten is belangrijk, dat weten we allemaal. Maar soms is dat best lastig. Want hoe hou je het gezond en betaalbaar? Tijdens 2 bijeenkomsten krijg je hierover informatie en praktische tips. Deelname is gratis.



Voor wie?

Voor ouders en/of verzorgers van kinderen, maar ook voor iedereen die interesse heeft in informatie over gezonde en voordelige voeding.

Wat leer je?

- Hoe eet ik gezonder?
- Hoe doe ik goedkoper boodschappen?
- Wat heb ik elke dag nodig?
- Welke trucs gebruikt de supermarkt?
- Wat staat er op het etiket?

Waar moet je zijn?

Data: maandag 2 november en maandag 9 november 2026, van 19.30-21.30 uur

Locatie: Brede school Cortemich te Voerendaal

Aanmelden kan per e-mail bij: judith.aerds@ggdzl.nl