

# Elkerliek gezondheidswandeling



Gezond leven verkleint de kans op hart- en vaatziekten. Een gezond leefpatroon, de juiste voeding en voldoende beweging houden u gezond. Om risicofactoren zoals overgewicht, hoge bloeddruk en diabetes tegen te gaan organiseert het Elkerliek ziekenhuis in samenwerking met gezondheidspartners uit de regio een gezondheidswandeling.

## Wandelt u mee?

De tweede editie van de Elkerliek gezondheidswandeling staat in teken van gezond gewicht. Voor de wandeling geven internist/nefroloog Christopher Susanto en diëtiste Marianne Aarts een lezing. De lezing is van 13.30-14.00 uur bij Natuurpoort De Peel. Aansluitend kunt u zelf kiezen om een wandeling te maken van 3, 5 of 10 km.

## Voor wie

Alle belangstellenden die gemotiveerd zijn om in een rustig wandeltempo te lopen.

## Wanneer

**zondag 2 juli 2017, start lezing 13.30 tot 14.00 uur.**

## Locatie

Natuurpoort De Peel, Leegveld 8a, Deurne  
Bij ontvangst staan koffie en thee klaar.

## Aanmelden

U kunt zich aanmelden tot **26 juni 2017** via [www.leefdeurne.nl](http://www.leefdeurne.nl)  
Voor meer informatie of vragen mailt u naar [gezondheidswandeling@gmail.com](mailto:gezondheidswandeling@gmail.com)



**Denkt u zelf aan water en/of versnapering voor onderweg!**

