

# 30 DAGEN GEZONDER

1 t/m 30 maart 2021

.....

Welke uitdaging  
ga jij aan?

DOE GRATIS  
MEE! ALLEEN  
OF MET  
ANDEREN



Meld je aan op [www.30dagegezonder.nl](http://www.30dagegezonder.nl)

# 30 DAGEN GEZONDER

1 t/m 30 maart 2021

Welke uitdaging  
ga jij aan?

In 30 dagen een gezonde gewoonte  
aanleren? Het kan! Wij helpen je het  
vol te houden.

DOE  
GRATIS  
MEE!

10.000 STAPPEN PER DAG?

ELKE DAG KOUD AFDOUCHEN?

DAGELIJKS EEN  
COMPLIMENT  
AAN JEZELF EN  
EEN ANDER?

30 DAGEN ALCOHOLVRIJ?

EEN ANDERE  
UITDAGING?

NA 1 UUR ZITTEN EVEN REKKEN EN STREKKEN?



Meld je aan op [www.30dagegezonder.nl](http://www.30dagegezonder.nl)