

Programma dag 4

Creëer een gezonde levensstijl

- 9.00 Welkom
- 9.05 Terugblik en inchecken
- 9.20 Programma
- 9.25 Mijntje- Bewustwording & focus op positiviteit
- 10.05 Dorti- Persoonlijk leiderschap
- 10.30 Pauze
- 10.45 Mijntje- Bewustwording
- 11.15 Dorti- Zorg voor jezelf, voeding en onregelmatig werk
- 11.45 Mijntje- Toepassen in de praktijk
- 12.15 Dorti- Ta Da lijst
- 12.45 Afronding en vragen