



GEZONDHEIDSFESTIVAL

ZATERDAG 19 NOVEMBER
13.00 - 17.00 UUR
De Honingraat, Sloterveerlaan 103



Huis
van de Wijk



× Gemeente
× Amsterdam
× Nieuw-West



De derde editie van het gezondheidsfestival staat in het teken van op een leuke manier gezonder leven. Er is aandacht voor bewegen, ontspanning, zorg voor jezelf en anderen, eten en ontmoeting.

Wat is er te doen?

Proef suikervrije taart, fiets je eigen smoothie bij elkaar, doe mee met boksen, aerobics en dansen, meet de gezondheid van Slotermeer met de speciale KIJK! app en maak kans op mooie prijzen, leer hoe je goedkope en gezonde hapjes maakt of neem een kijkje op de informatiemarkt.

Programma

De dag begint om 13.00 uur. Er zijn twee workshoprondes met activiteiten voor jong en oud. Aan het eind van de middag 'trommelt' een percussiegroep alle bezoekers naar de grote zaal. Daar sluiten we de middag af met een terugblik, prijsuitreiking van KIJK! én lachen we ons gelukkig met een lachworkshop.

Het volledige programma is te vinden op het Facebook evenement 'Genieten op het Gezondheidsfestival 2016' en op de website www.eigenwijks.nl/slotermeer.

Waarom een gezondheidsfestival?

In vergelijking met de rest van de stad zijn er in Slotermeer veel gezondheidsproblemen, zoals overgewicht, diabetes, psychische problemen, eenzaamheid en depressieve gevoelens, te weinig lichaamsbeweging en mensen die roken. Iedereen wil natuurlijk graag gezond zijn. Het gezondheidsfestival helpt je op weg en laat je kennis maken met de gezonde initiatieven in Slotermeer. Zodat je je eigen gezondheid, en misschien wel die van de wijk, kunt verbeteren.

Organisatie

Het festival wordt georganiseerd door de gezondheidsambassadeurs en andere enthousiaste vrijwilligers, met ondersteuning van Eigenwijks en in samenwerking met Stadsdeel Nieuw-West. Het festival wordt mogelijk gemaakt door een bijdrage uit het wijkbudget.