

Een cursus waar je blij van wordt



Cursus Grip & Glans Helpman en omgeving

Herken je dat?

Je wordt een dagje ouder.
Je kunt jezelf nog prima redden.
Je hebt genoeg om met plezier
op terug te kijken.
Maar je realiseert je ook:
Als ik er plezier in wil houden,
moet er wel wat gebeuren...

Alleen, wat dan?
En met wie?

Tineke (72): 'Ik heb eigenlijk nooit geweten, wat ik nodig heb. Gek hè? Dat heb ik in deze cursus pas geleerd. En ook hoe ik dat voor mezelf kan regelen. Ik ben weer vrienden met mezelf geworden!'

Wat: De cursus bestaat uit 6 Grip & Glans-bijeenkomsten van 2,5 uur

Voor wie: 55 plussers uit Helpman en omgeving

Waar: BSV de Helpen,
Groenesteinlaan 16,
9722 BX Groningen

Wanneer: Woensdagochtend
8, 15, 29 oktober en
5, 12, 19 november

Tijdstip: 9.30 - 12.00 uur

Er zijn geen kosten aan verbonden.

Aanmelden of meer informatie:
bel Petra Mens: 06 - 256 340 48
of mail: petra.mens@wij.groningen.nl

Grip & Glans is een gezamenlijk aanbod van: