



GEZOND IN BEWEGING

SAMEN ZETTEN WE DE EERSTE STAP

Welkom bij het Leefstijlportaal van Sportaal in Enschede – dé plek waar gezondheid, beweging en welzijn samenkomen voor alle volwassen inwoners van de stad.

Wil jij werken aan een gezonde leefstijl of heb je vragen over belangrijke thema's als beweging, voeding, slaap of stress? We helpen je graag op weg tijdens een vrijblijvend gesprek.

STAPPENPLAN

- 1** Meld je aan via de oranje button hieronder;
- 2** Vul de vragenlijst op de website in;
- 3** Kom langs op gesprek in het Leefstijlportaal;
- 4** Begin jouw reis naar een gezonde leefstijl!

[**AANMELDEN**](#)

