

GGO activiteiten in maart

We nodigen je uit voor:

- **GGO-inloop voor gezondheidsvragen en ontmoeting**
Heeft u vragen over uw gezondheid of wilt u gewoon even gezellig praten?
U bent van harte welkom tijdens onze inloop.
elke maandag en vrijdag 10:00 – 12:00 uur

- **Cursus Dementie & Mantelzorg**
Een bijzondere bijeenkomst die in het teken staat van dementie en mantelzorg.
door **Jan Bruggink van Samen Dementievriendelijk**
vrijdag 13 maart 10:30 – 12:00 uur

- **Gezonde mond, gezond lichaam**
Ontdek waarom een gezonde mond bijdraagt aan uw gezondheid en krijg praktische tips.
door **Meryem Gündüz, mondhygiënist**
woensdag 18 maart 11:00 – 12:00 uur

- **Workshop 'Somberheid en Depressie'**
Hoe ga je om met somberheid of depressie?
Wat is het verschil?
door **W in de Wijk GGZ-coaches**
Ilja Peeters en Peter de Langen
maandag 23 maart 10:00 – 12:00 uur

Kom gezellig langs!

**Altijd GRATIS
koffie/thee & fruit**

**GRATIS en GEEN
aanmelding nodig**

**Waar: Garage Notweg
Notweg 38, 1068 LL
Amsterdam**



Pak de buurtbus!

Scan de QR-code



en blijf op de hoogte
van de G00 activiteiten!

Haltes

- Osdorperhof
- Osdorpplein Hema
- Stadsboerderij Osdorp
- Leo Polakhuis
- Moskee Ookmeerweg 206
- The Beach
- Osdorpplein Meervaart

Dinsdag en vrijdag 10:30 en 14:30 uur

 Hogeschool
van Amsterdam

 SCIANDRI

 Team
Sportservice
Amsterdam

 VoorUit

 Cmbi wel
buurtwerk

 Gemeente
Amsterdam
Nieuw-West

 NutriHealth

 Huisartsenpraktijk
Ookmeer

 MOVEBETTER
FYSIOTHERAPIE