

# Gratis infosessie over gezonde voeding: Door het bos de bomen weer zien

Wat is gezonde voeding nu echt? Wie kunnen we geloven? Hoe scheiden we feiten van fabels? Tijdens een boeiende infosessie helpt Lieveke jou het bos door de bomen weer te zien aan de hand van de nieuwste wetenschappelijke inzichten.

In deze twee uur durende infosessie vertrekken we vanuit de basisprincipes van gezonde voeding en bouwen we verder op naar praktische, toepasbare kennis. Onderwerpen zoals ultra-bewerkte voeding, het lezen van etiketten en de impact van microplastics komen uitgebreid aan bod. Bovendien is er een half uur voorzien om al je vragen te stellen.

## Wanneer en waar?

Dinsdag 13 mei 2025 van 10 tot 12 uur  
LDC 't Scholeke, Sportpark 1, Dessel

## Inschrijven

Wil je deelnemen aan deze gratis infosessie? Schrijf je dan snel in!

- Stuur een e-mail naar [Wouter.Hus@bewegenopverwijzing.be](mailto:Wouter.Hus@bewegenopverwijzing.be)
- Bel naar 0471 55 42 59
- Of schrijf in aan het onthaal van Sociaal Huis "De Pastorij" of lokaal dienstencentrum 't Scholeke

## Kostprijs

GRATIS – Uw gezondheid verdient de beste zorg! Wacht niet langer en doe mee.

We kijken ernaar uit jou te verwelkomen!

