

Wil jij meer bewegen? Zit je teveel stil? Maar...

- Je hebt geen zin in sport?
- Je verliest snel de motivatie?

**BEWEGEN OP  
VERWIJZING**

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

**De Bewegen Op Verwijzing-coach in Hoegaarden helpt jou verder!**

Vraag aan je huisarts een verwijsbriefje. Daarmee kan je terecht bij beweegcoach An uit onze gemeente. Je krijgt van haar advies en een beweegplan op maat, rekening houdend met je mogelijkheden en beperkingen. Ze helpt jou dus op weg naar een actiever en fitter leven!



**Bewegen Op Verwijzing-coach Helena Van Rompaey.**

**Sms 'BEWEGEN' naar 0487/281.522**

Heb je recht op de verhoogde tegemoetkoming? Dan is de coaching gratis!

Andere deelnemers betalen 10 euro per half uur coaching.

De aftrap werd gegeven in Tienen met alle deelnemende gemeenten.



Meer info vind je op [www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be) of bij de sportdienst en sociale dienst in het gemeentehuis.

*Bewegen Op Verwijzing is een initiatief van het Vlaams Instituut Gezond Leven, met steun van de Vlaamse overheid.*