

Draai je hoofd naar
links Draai je hoofd
naar rechts Doe dit
elke keer als iemand
je iets lekkers aan-
biedt

Talent voor gezondheid

Stichting Radar Wmo Diensten

Bewoners worden leefstijlcoach

En inspireren andere bewoners tot een gezonder leven

Radar Wmo diensten gelooft dat de oplossing van problemen en het antwoord op vragen voor een groot deel ligt in de mensen zelf. Daarom gaan wij met het project **Talent voor Gezondheid** twintig bewoners uit de wijk het Oude Noorden opleiden tot leefstijlcoach. Bewoners met een inkomen van maximaal 130% van de bijstandsnorm. We werken in dit project samen met Iza Cura en de Gemeente Rotterdam.

Leefstijlcoach wordt levend voorbeeld

Elke leefstijlcoach gaat weer 15 andere bewoners motiveren tot een gezondere levensstijl. Een leefstijlcoach wordt zo een levend voorbeeld en vraagbaak in de wijk voor andere bewoners.

Gezonder en actiever leven

Centraal staat het leren om bewuster om te gaan met voeding, medicijnen, alcohol of het inbouwen van bewegen in het dagelijks leven. We richten ons op mensen waarvoor sporten nog een brug te ver is. De resultaten maken we ook meetbaar. We gaan de verbetering van de leefstijl op individueel niveau testen.

Meer weten?

Heb je vragen over **Talent voor gezondheid** of wil je meer weten? Neem contact op met onze Krachtcoaches Ariëtte Furtado, a.furtado@wморadar.nl – 06 5245 2836, of met Esther de Jong, e.dejong@wморadar.nl – 06 2222 9542. Je kunt ons vinden aan de Benthuiserstraat 106B. We zien je graag!

Talent voor gezondheid

Stichting Radar Wmo Diensten

