



# WINTERSCHOOL 2019



Reserveer nu op:  
[servicepunt-thuiswonen.nl](http://servicepunt-thuiswonen.nl)

088-700-4100



## **Workshop 1: Hoe slaap ik beter en wat doe ik daarvoor**

Door PonsJan Vermeer, professioneel slaapcoach voor topsporters, wordt u meegenomen in het opbouwen van "slaapschuld"...

### **Wanneer:**

Vrijdag 11 januari 2019, 10.00u-12.00u

in het Eerstelijns centrum aan de Dodewaardlaan 5 in Tiel.

**Entree: 5.- vóór deelname overmaken op NL50RABO 0190.5842.70**

**tnv Stichting Servicepunt Thuiswonen onder vermelding van "workshop 1"**



## **Workshop 2: Veiligheid in en om huis: kwartetspel**

Een leuke ochtend verzorgd door het Rode Kruis en Van Gelder Oefentherapie waarin met een spel het besef over veiligheid in en om huis veel aandacht krijgt.

### **Wanneer:**

Vrijdag 25 januari 2019, 10.00u-12.00u in de Brandweerkazerne aan de Teisterbantlaan 1c in Tiel.

**Entree: 5.- vóór deelname overmaken op NL50RABO 0190.5842.70**

**tnv Stichting Servicepunt Thuiswonen onder vermelding van "Workshop 2"**



## **Workshop 3 Hoe eet en beweeg ik om beter te slapen**

Door PonsJan Vermeer, professioneel slaapcoach voor topsporters, wordt u meegenomen in het opbouwen van "slaapschuld"...

### **Wanneer:**

Vrijdag 8 februari 2019, 10.00u-12.00u

in het Eerstelijns centrum aan de Dodewaardlaan 5 in Tiel.

**Entree: 5.- vóór deelname overmaken op NL50RABO 0190.5842.70**

**tnv Stichting Servicepunt Thuiswonen onder vermelding van "workshop 3"**



## **Workshop 2: Veiligheid in en om huis: kwartetspel**

Een leuke ochtend verzorgd door het Rode Kruis en Van Gelder Oefentherapie waarin met een spel het besef over veiligheid in en om huis veel aandacht krijgt.

### **Wanneer:**

Vrijdag 1 februari 2019, 10.00u-12.00u in de Brandweerkazerne aan de Teisterbantlaan 1c in Tiel.

**Entree: 5.- vóór deelname overmaken op NL50RABO 0190.5842.70**

**tnv Stichting Servicepunt Thuiswonen onder vermelding van "Workshop 4"**

