RIBW Nijmegen & Rivierenland

RIBW Leefstijl

Wil je werken aan een gezonder leven? Door meer te bewegen, sporten, beter te eten, minder te roken of beter jezelf te verzorgen? Bij de RIBW zijn verschillende activiteiten om te werken aan een gezonde(re) leefstijl.

We besteden aandacht aan een gezonde leestijl in onze beschermd wonen voorzieningen, ontmoet- en ontwikkellocaties en bij andere activiteiten en trainingen. Ook hebben we sportworkshops waar je aan mee kan doen, cursussen om te stoppen met roken, yoga of stiltewandelingen. Verder werken we samen met Stichting Life Goals en met gemeenten om wijkinitiatieven vorm te geven. Op veel locaties in de hele werkregio komen HAN-studenten van de opleiding PMT (Psychomotorische Therapie) om activiteiten met cliënten te ondernemen.

Wil je tips over sporten & bewegen, voeding of het vinden van structuur? Kijk dan op de webpagina www.ribwclientenplein.nl/leefstijl.



RIBW Nijmegen & Rivierenland
Kerkenbos 1103a
Nijmegen
088 - 382 24 22
www.ribw-nijmegenrivierenland.nl
info@ribw-nijmegenrivierenland.nl