

Bij Indekerngezond kun je meedoen  
op een manier die bij je past.



in je kracht staan

meedoen

eigen regie

betekenisvol leven

*'Ik ben hier al een paar keer langsgelopen, wat een leuke plek. Wat is hier allemaal te doen?'*

*'Ik woon hier in de buurt en heb wat tijd over. Ik wil graag vrijwilligerswerk gaan doen, maar weet niet zo goed wat.'*

## Indekerngezond is een wijkinitiatief voor en door de buurt voor iedereen die woont of werkt in Leidsche Rijn, Vleuten-De Meern en omstreken.



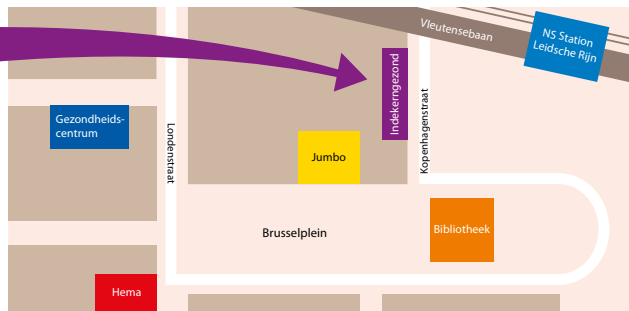
Bij Indekerngezond kun je meedoen met **workshops en trainingen** die worden gegeven door bewoners. Bijvoorbeeld een workshop over Positieve Gezondheid en andere workshops die bijdragen aan eigen regie, in je kracht staan, meedoen en een betekenisvol leven.

Indekerngezond is ook vooral een **inspirerende ontmoetingsplek** vanuit Positieve Gezondheid, waar je met eigen ideeën kunt komen of samen met anderen iets kunt organiseren.

“Positieve Gezondheid geeft mij handvatten om met de uitdagingen van het leven om te gaan en meer te doen wat voor mij belangrijk is.”

Voel je welkom om anderen te ontmoeten, jezelf te ontwikkelen, iets te ondernemen of om te ontdekken wat jij wil doen!

Klik hier om de activiteiten te bekijken.



Kopenhagenstraat 41, 3541 CE Utrecht  
Om de hoek bij de Jumbo in  
Leidsche Rijn Centrum

info@indekerngezond.nl  
06 - 23 19 50 57

Openingstijden:  
maandag t/m vrijdag  
van 9:30 - 17:00 uur

Kijk voor meer informatie op [www.indekerngezond.nl](http://www.indekerngezond.nl)

