

Slaap lekker

INFORMATIEMOMENT OVER EEN GOEDE NACHTRUST

Een goede slaap is belangrijk voor je lichaam en geest.

Wat gebeurt er in je lichaam als je slaapt?

Hoe kan je zorgen voor een goede nachtrust?

Je komt er alles over te weten tijdens dit infomoment.

Je kan deelnemen op

donderdag 16 mei 2024

 **van 14u - 15u30**

OF

 **van 19u - 20u30**

Schrijf je in aan het onthaal of bel 03 217 97 90.



Carla Giebens, psychologe



WGC De Regent

Regentstraat 1 - Antwerpen

