

# Elke beweging telt!

## Voor een goed gevoel

Bewegen helpt bij  
ontspannen, slapen en  
concentratie

Bewegen geeft  
energie, plezier en  
vertrouwen



Dans, fiets, ren  
of speel buiten

Samen bewegen  
is leuk

**Bewaakt, beschermt en  
bevordert de gezondheid**