



Geld en gezondheid

Maak jij je weleens zorgen over geld? En heeft dit invloed op je leefstijl?

Gezond eten, sporten of meedoen aan activiteiten kan duur zijn. Voor veel mensen kan het daarom moeilijk zijn om gezond te leven als ze weinig geld hebben.

We willen hier meer over weten. Daarom doen we met de Hogeschool Utrecht onderzoek om de GLI beter te maken, ook voor mensen met geldzorgen.

We nodigen je uit voor een **groepsgesprek** met andere GLI-deelnemers.



Aanmelden of meer informatie?

Geef het aan bij je coach!



Wie:

GLI deelnemers



Datum &

locatie:

In overleg met
deelnemers



Vergoeding:

Deelnemers krijgen
een cadeaubon van 25 euro.

Wat gaan we bespreken?

- Wat voor invloed heeft geld op je gezondheid?
- Hoe kun je gezond eten binnen je budget?
- Wat vind jij lastig?
- Wat helpt jou juist?
- Wat doe jij om geld te besparen?
- Hoe kan je coach je beter helpen?

Goed om te weten:

- Het gesprek duurt ongeveer 1,5 uur
- Alles wat je vertelt blijft vertrouwelijk en anoniem.
- Je zit in een groep met ongeveer 5 mensen
- Je deelt je ervaringen en ideeën
- Meedoen is vrijwillig
- Je hoeft niks voor te bereiden