

# Puzzel en win!

## 3x Workshop **t.w.v. 199,-** Overgang en voeding

### van Sonnevelt Opleidingen

**“Help, mijn  
lichaam verandert”**

De eerste menstruatie wordt makkelijker ontvangen dan het loslaten van dit proces. De overgang is een periode van inzicht, maar ook van lichamelijke ongemakken. En wij gaan je met humor en respect door deze periode heen loodsen. Want het is niet alleen kommer en kwel!

**Sonnevelt**  
Opleiders voor vitaal leven

## Wat leer je bij de workshop ‘Overgang en voeding’?

Tijdens deze workshop ‘wandelen’ we door een vrouwenleven. Je krijgt inzicht in het fysieke en emotionele proces voorafgaand aan en tijdens de overgang. Wat betekent de overgang in onze maatschappij en cultuur? Ook de biologische aspecten van de overgang worden besproken. Vragen als: “Wanneer is iets een overgangsverschijnsel en wanneer wordt het een klacht?”, “Wat is de relatie tussen de overgang en voeding?” en “Wat kun je preventief met voeding doen?” komen uitgebreid aan de orde.

**gezondNU mag drie workshops ‘Overgang en voeding’ cadeau geven (t.w.v. € 199,-, [sonneveltopleidingen.nl](http://sonneveltopleidingen.nl)). Deze workshop is voor iedereen bedoeld, privé of beroepsmatig.**

BLESSURES	ONTHAASTEN	TEMPO
DRUK	POETSEN	VALERIAAN
GAUW	RENNEN	VERBRANDING
HAASTKLUS	SNEL	VERSNELLEN
HARDLOPEN	SNELTREIN	VLIEGEN
HOLLEN	STRESSVRIJ	VLUG

G	O	S	E	R	U	S	S	E	L	B
N	E	T	S	A	A	H	T	N	O	P
I	N	E	L	L	O	H	S	E	H	IJ
D	O	P	M	E	T	A	N	L	A	R
N	P	N	A	A	I	R	E	L	A	V
A	E	O	K	U	R	D	L	E	S	S
R	S	N	E	L	S	L	T	N	T	S
B	V	T	N	T	A	O	R	S	K	E
R	A	L	N	E	S	P	E	R	L	R
E	G	A	U	W	R	E	I	E	U	T
V	L	I	E	G	E	N	N	V	S	S

**OPLOSSING:**

### Woordzoeker

Bovenstaande woorden zijn in alle richtingen in het diagram verborgen. De letters mogen meer dan eenmaal gebruikt worden. De overgebleven letters vormen in de leesrichting gelezen de oplossing.

### Zo doe je mee

Los de woordzoeker op en geef je oplossing voor 25 september 2018 door. Dat kan telefonisch: **0909-5010326** (€ 0,60 per gesprek). Of sms

### NU[spatie]oplossing

naar **3553** (€ 0,60 per ontvangen bericht). Je krijgt bericht als je in de prijzen bent gevallen.

**Sanders**  
Puzzelboeken