



Informatie, Ontmoeting en Verbinding

Uitnodiging zondag 21 december 2025.

Stichting Al Masar organiseert een informatiebijeenkomst over **gezonde voeding en vitaliteit**, met aansluitend een gezamenlijk diner.

De bijeenkomst vindt plaats op:

- **Datum:** zondag 21 december 2025
- **Tijd:** 15.00 – 19.00 uur
- **Locatie:** AlleKanten
- **Adres:** Speelzijde 8, Den Haag

U bent van harte welkom om deze informatieve en inspirerende bijeenkomst bij te wonen,

Programma

15.00 – 15.30 Inloop

15.30 – 15.45 Welkomstwoord

15.45 – 16.15 Informatie over trainingen voor vaders door trainer Jaïr Sanches

16.15 – 17.30 Presentatie over gezonde voeding en vitaliteit door Ali Lahdidioui, internist-ouderengeneeskunde, HagaZiekenhuis

17.30 – 19.00 Gezamenlijk diner en netwerken

Voor meer info kunt u contact op nemen via Tel: 0626592840 of via info@almasar.nl

