

In de community horen we graag van je! We zijn niet 24 uur per dag online, maar we kijken met het team regelmatig mee. Heb je een vraag over een les, recept of iets anders? Post het gerust! Wil je liever niet dat anderen het kunnen zien, dan is het verstandiger om het te mailen. Ook met vragen die urgent zijn: gebruik dan liever een e-mail.

We vinden het erg leuk om te zien wat jij doet om je leefstijl te verbeteren. Heb je bijvoorbeeld een foto gemaakt van je maaltijd, een leuke wandeling gemaakt of iets anders leuks gedaan om meer te bewegen? Deel het! Wie weet stimuleer je anderen.