

10.000 STAPPEN

VLAAMS INSTITUUT
GEZOND
LEVEN



SPORT.
VLAANDEREN

Vlaanderen
is zorg



EEN EERSTE STAP NAAR MEER BEWEGING

WANT ELKE STAP TELT

Zet **10.000 stappen**
per dag (8.000 voor
65+'ers) voor een
betere gezondheid.

Meer info op
1000ostappen.be

V.J.: Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, Linda De Boeck, Gustave Schildknechtstraat 9, 1020 Brussel