

Gemeente Vijfheerenlanden - Alcohol? Ik pas!

Drinkt u weleens alcohol? En bent u benieuwd wat er gebeurt als u daar even mee stopt? Doe dan vanaf 1 januari 2020 30 dagen mee aan IkPas.

Breng uw stem uit!

Veel mensen drinken alcohol. Op feestjes, na het sporten, tijdens het eten, na het werk of voor het slapen gaan. Misschien vindt u het gezellig, drinkt u omdat u stress hebt of omdat u zich eenzaam voelt. Alcohol drinken is voor veel mensen een gewoonte geworden, waar ze niet meer zo vaak bij stilstaan.

Maar wist u ook dat (tijdelijk) stoppen met alcohol veel voordelen heeft?

- Het scheelt geld
- Je voelt je fitter
- Je slaapt beter door
- Je kunt altijd autorijden, ook na een feestje.

Gaat u de uitdaging aan?

Ervaar zelf welke voordelen IkPas voor u heeft. Doe op 1 januari ook mee. Inschrijven kan op www.ikpas.nl. Daarnaast ondersteunt IkPas u via een app, Facebook, Twitter en Instagram. Na inschrijving kunt u gratis advies krijgen van een IkPas coach. Zo helpt IkPas u om het 30 dagen vol te houden.

Meer weten?

Kijk voor meer informatie op ikpas.nl.