

PLANDELEN OVER DEN TREEK

Waar: Pannenkoekenhuis Bergzicht

Wanneer: Vrijdag 28 februari om 11:30 uur

Plandelen is de variant op ploggen en betekent tijdens het wandelen afval oprapen.

Naar schatting belandt in Nederland 50 miljoen kilo zwerfafval per jaar op straat en in het groen. Plastic zwerfafval kan door de wind of via rivieren in zee terechtkomen en daar de plas 'plastic soep' verder vergroten. Rommel verstoort het mooie beeld dat je hebt als je wandelt. Zwerfvuil opruimen is misschien een druppel op een gloeiende plaat maar vanuit het kleine kun je het grote doen.

Plandelen is effectiever dan gewoon wandelen omdat je met het vele bukken en weer opstaan de hamstrings en bilspieren extra aan het werk zet. Door steeds te stoppen om afval te rapen ben je bovendien bezig met een intervaltraining en dat betekent: snellere vetverbranding en minder verzuring. Kortom: gelukkiger en gezonder!

Wij, als pannenkoekenhuis Bergzicht, voelen ons betrokken bij de natuur in onze omgeving. Daarom hebben wij nu een speciaal arrangement opgezet voor het plandelen:

Ontvangst met koffie/gebak gevolgd door een uur plandelen (maximaal 2 uur).

Hierbij zit inbegrepen:

- Uw eigen plandelgids.
- Benodigde materialen: prikkers, handschoenen, afvalzakken.
- Quizvraagjes en weetjes onderweg over de natuur, wandelen, zwerfafval.
- Korting bon voor een workshop bijenwasdoek maken.
- Een leuk aandenken.

LEUK
VOOR JONG
EN OUD

Wij bieden dit arrangement aan voor: € 14,50 p.p.

Na afloop kunt natuurlijk altijd afsluiten met een lunch bij Pannenkoekenhuis Bergzicht. U kunt zich inschrijven bij één van onze medewerkers. Wees er snel bij, want vol=vol.



**PANNENKOEKENHUIS
BERGZICHT**



Erv'Goed

www.ervgoed.nl

project
event
office
management

WWW.PANNENKOEKENHUIZEN.COM