

(Blue zone tekst Facebook, zonder workshop)

Langer, gelukkiger én gezonder leven... wie wil dat nu niet? En het kan! Er zijn regio's op aarde waar dat echt zo is. Deze gebieden noemt men 'blue zones', omdat ze soms aan zee liggen. Wat deze gebieden zo bijzonder maakt en hoe de mensen hier leven, wordt hier verteld.

(hierbij link naar filmpje)

<https://youtu.be/EB0Q-3yO4S8>