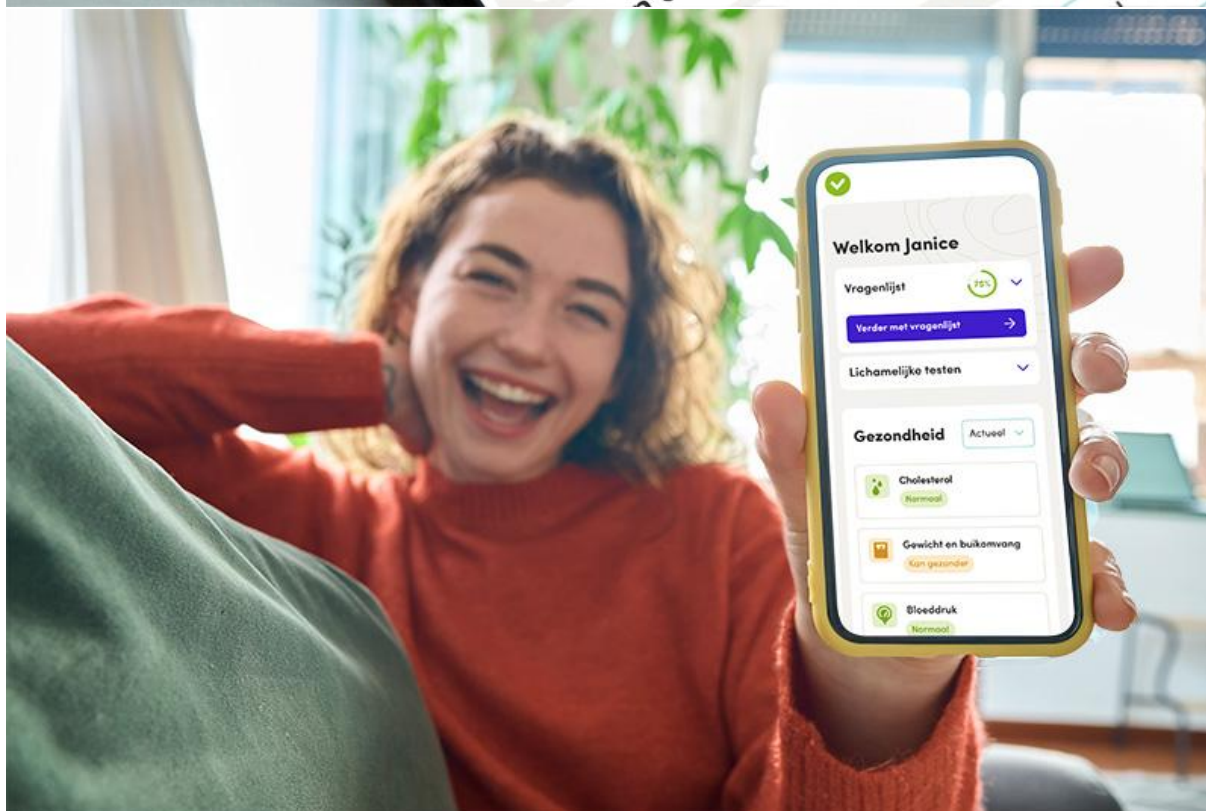
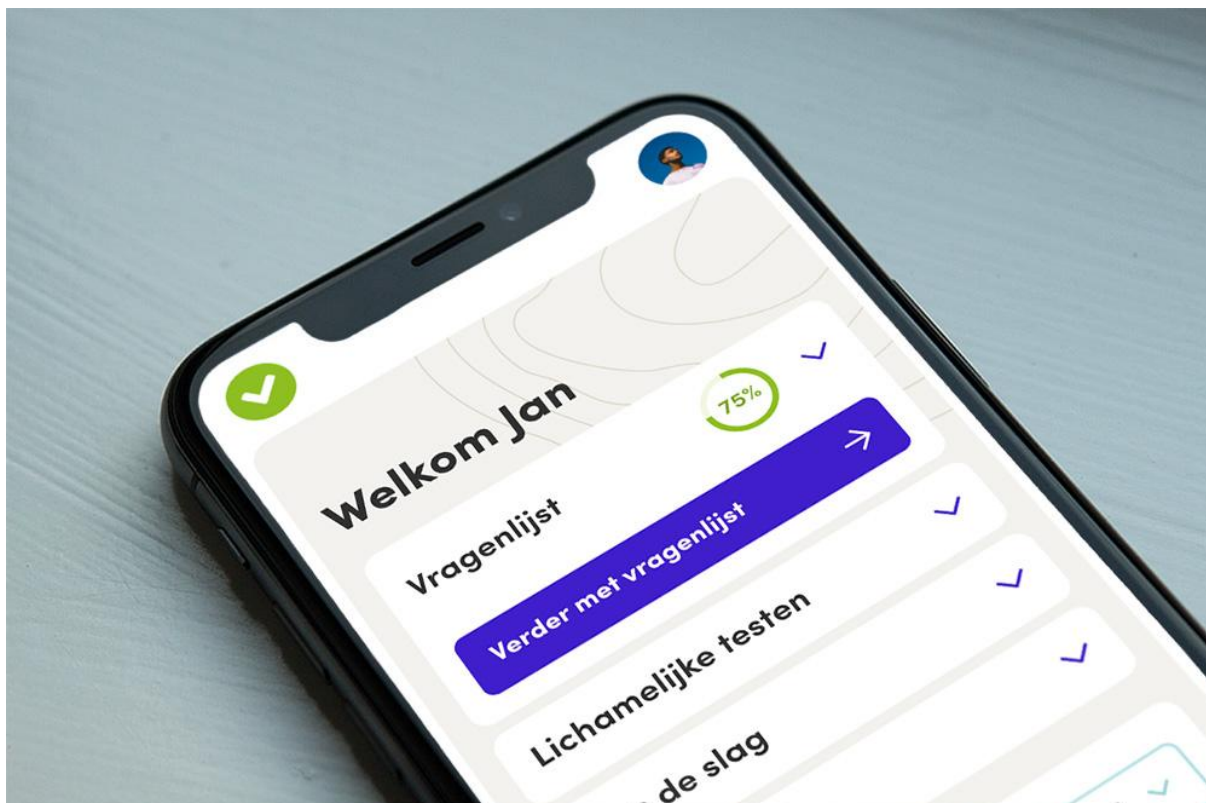






Mijn gezondheid

48

Actueel ▾



Mentale werkbalans

In balans



Lichamelijke klachten

Aanwezig



Cholesterol

Verhoogd



Eten

Kan gezonder



Gewicht en buikomvang

Gezond



Draagkracht

Licht uit balans



Roken

Rookt niet



Bloeddruk

Verhoogd



Fysieke werkbalans

Kan gezonder



Motivatie

Gezond



Bloedsuiker

Gezond



Bewegen

Onvoldoende



Alcohol

U drinkt te veel

Modules uitbreiden

Krijg nog beter inzicht in je gezondheid

Modules toevoegen +



Gezond leven

Wat vind je van je eetgewoonten?

- ☒ Ik eet gezond
- ☐ Ik eet te weinig fruit
- ☐ Ik eet te weinig groente
- ☐ Ik eet te weinig vezels
- ☐ Ik eet te veel suikers
- ☐ Ik eet te veel vet
- ☐ Ik eet te veel zout
- ☐ Ik eet te veel tussendoortjes
- ☐ Ik schep te veel op tijdens het eten

Terug

Volgende

