

Van: GezondMail nieuwsbrief <mailinglist@socmut.be>
Aan: veerle.solia@amsab.be
Datum: 06/08/2010 11:05 AM
Onderwerp: examenvrees – diëten – aubergines – stop met roken

[Indien u deze mail niet kan lezen, klik hier!](#)

juni 2010 - de gezondheidsnieuwsbrief van de Socialistische Mutualiteiten

Examenvrees aanpakken

Waarom krijgen vele studenten examenvrees? Met deze tips klaren ze de examenklus meer ontspannen en met een groter vertrouwen.

>> [Lees meer](#)

Test je kennis over diëten

Wil je nog wat vermageren, dan volg je best een dieet zonder verborgen foutjes. Hoeveel weet jij eigenlijk over het vermageringsdieet? Test hier je kennis in 10 vragen.

>> [Lees meer](#)

Aubergines zijn hot!

Waar let je op als je aubergines koopt? Hoe bewaar je ze en maak je ze schoon? Probeer deze auberginerecepten uit, geniet van dit lekkers en van de lovende woorden aan tafel.

>> [Lees meer](#)

Stop nu met roken

Waarom is afkicken van die sigaret zo moeilijk? Stoppen met roken doe je best goed voorbereid. Verschillende hulpmiddelen ondersteunen je om ervan af te geraken.

>> [Lees meer](#)

Vragen over drugs?

Neemt iemand uit je omgeving drugs of neem je er zelf? En zit je met een vraag over drugs? Stel ze dan nu op gezondweb. Je vraag komt meteen via dit formulier bij een medewerker van De Druglijn.

>> [Lees meer](#)

Alles over ziekten - voeding - gezond sporten - geestelijk welzijn

Deze nieuwsbrief geeft enkel algemene informatie en mag niet worden gebruikt ter vervanging van het medisch advies van je huisarts of gezondheidsspecialist.

[Schrijf je hier in.](#) Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? [Schrijf je hier uit.](#)

This e-mail and any files transmitted with it are confidential and intended solely for the use of the individual or entity to whom they are addressed.

If you have received this e-mail in error,

please notify the sender or the postmaster@socmut.be

Visitez notre site internet : <http://www.mutsoc.be>

Bezoek onze website : <http://www.socmut.be>
