

Van: GezondMail nieuwsbrief <mailinglist@socmut.be>

Aan: veerle.solia@amsab.be

Datum: 09/21/2010 10:23 AM

Onderwerp: Luizen – verkoudheid of griep – win €100 gezonde voeding

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

september 2010 - de gezondheidsnieuwsbrief van de Socialistische Mutualiteiten

Hoofdluizen: weg ermee!

Bij het begin van het schooljaar komen kinderen bij elkaar en lopen ze meer kans op het krijgen van luizen. Deze aanpak helpt.

>> [Lees meer](#)

Pindakaas gezond?

Is pindakaas wel gezond beleg op de boterham? Pindakaas heeft voordelen, maar voor sommige mensen ook nadelen.

>> [Lees meer](#)

Griep of verkoudheid: het verschil

Hoe weet je of je een verkoudheid hebt of griep? Lees hoe het griepvirus toeslaat en bescherm je deze winter op een doeltreffende manier.

>> [Lees meer](#)

Dikke arm bij borstkankerpatiënten

Bij borstkanker is een operatie vaak onvermijdelijk. Erna krijgt de borstkankerpatiënt meer kans op een dikke arm. Preventie en de juiste behandeling voorkomen veel leed.

>> [Lees meer](#)

Zelfdodingsgedachten: hoe helpen?

Je kent iemand die aan zelfdoding denkt. Op welke signalen let je en hoe ga je ermee om? Zo kan je die persoon beter begrijpen en helpen.

>> [Lees meer](#)

Win een winkelkar gezonde voeding

Gezondweb geeft elke week van september een gevulde winkelkar t.w.v. €100 weg. Een diëtiste helpt je gezond kiezen in je winkel. Doe mee aan de wedstrijd!

>> [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.

deze mail werd gestuurd aan veerle.solia@amsab.be

[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>
