

Voeding en kanker - beter praten met je arts - divertikels - transvetten - look

GezondMail nieuwsbrief [mailinglist@socmut.be]

Verzonden: donderdag 8 maart 2012 12:24

Aan: Veerle Solia

[Lees deze nieuwsbrief ook online - klik hier.](#)



maart 2012 - de gezondheidsnieuwsbrief van de Socialistische Mutualiteiten

Voeding en kanker



De wetenschap leert ons dat gezond eten en leven je risico op kanker en andere welvaartsziekten kan beperken. Maar hoe begin je er concreet aan?

[>> Lees meer](#)

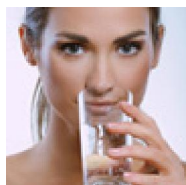
Beter praten met je arts



Een goed gesprek met je arts is nodig voor een juiste diagnose en behandeling. Met deze tips en checklists bereid je optimaal voor.

[>> Lees meer](#)

Divertikels



Deze kleine uitstulpingen aan de darmwand kunnen last veroorzaken. Een gepaste voeding vermindert de klachten. De webdiëtiste geeft raad.

[>> Lees meer](#)

Transvetten



Ze zijn schadelijker dan de gekende verzadigde (verkeerde) vetten. Ze worden vooral gemaakt in de fabriek, maar komen in natuurlijke vorm ook voor in sommige melk- en vleessoorten.

[>> Lees meer](#)

Koken met look



Is look echt een gezonde topper in de keuken? Zo bewaar je verse look het best. Recepten voor lookliefhebbers.

[>> Lees meer](#)



gezondmail

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.](#)

" Disclaimer : <http://www.socmut.be/socmut/disclaimer> "

=

-----=

- This E-mail Message was Processed by Virtual AutumnTECH: Standard Edi=
tion -
-----=

<http://www.AutumnTECH.com>

=