

Van: GezondMail nieuwsbrief <mailinglist@socmut.be>
Verzonden: woensdag 8 mei 2013 12:46
Aan: Veerle Solia
Onderwerp: Tips voor studenten – vakantie voor kankerpatiënten – vegetarisch eten

web versie | inschrijven | uitschrijven



Mei 2013

Gezondheidsnieuwsbrief van Bond Moyson en De Voorzorg



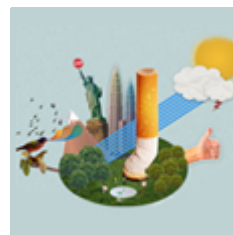
Voedingstips voor studenten

Welke rol speelt voeding tijdens de blok en de examens? Waar kunnen studenten op letten om beter te presteren? [Lees meer.](#)



Korte metten met sigaretten

Jongeren van 14-18 jaar kunnen mee doen aan een quiz over roken. De winnaars krijgen bioscooptickets of een Samsung tablet. De wedstrijd loopt tot 24 mei. [Lees meer.](#)



Aardbeien

Ze zijn rijk aan vitamine C, B1 en B2. Ze bevatten ook calcium, ijzer, natrium en vezels. Aardbeien zijn ideaal in desserts, maar zijn ook een lekkere decoratie in allerlei recepten. [Lees meer.](#)



Vakantieweek voor kankerpatiënten

Van 26 tot 30 augustus organiseren het socialistisch ziekenfonds en de VLK een ontspannende vakantie voor kankerpatiënten in De Ceder te Deinze. [Lees meer.](#)



Gezond advies voor vegetariërs

Wie vegetarisch eet vervangt vlees best op de juiste manier. Zoniet ontstaan er tekorten van verschillende voedingsstoffen. [Lees meer.](#)



Vegetarisch kookboek

Het boek "Veggie voor starters" is een gids om anders te leren koken met groenten. Met vele originele en verrassende recepten. Waag je kans op een gratis exemplaar. [Lees meer.](#)



Hoestsiropen en neusdruppels

Hoestsiropen, neusdruppels en neussprays kunnen gevaarlijk zijn, vooral voor jonge kinderen. Met deze adviezen gebruik je ze veiliger. [Lees meer.](#)



[voeding en recepten](#) | [bewegen](#) | [gezonde geest](#) | [ziektes](#)

Deze mail werd gestuurd naar veerle.solia@amsab.be
U ontvangt deze nieuwsbrief omdat u ingeschreven bent op de e-mailinglijst van Gezondmail.
[inschrijven](#) | [uitschrijven](#)