



Gepubliceerd op Kijk op Koo 21-01-2020 07:44 (<https://www.kijkopkoo.nl>)

[Koo](#) > [Zorg en hulp](#) > Gezonde leefstijl

---

Een gezonde leefstijl betekent goed voor uzelf zorgen. Het helpt ziekten tegen te gaan en zorgt ervoor dat u zich beter voelt. Als u gezonder wilt leven, zijn er veel zaken waaraan u kunt werken.

Kies hieronder het onderwerp waarover u vragen heeft voor meer informatie.

Waarover wilt u iets weten?

- [Bewegen](#)
- [Roken](#)
- [Alcohol](#)
- [Voeding](#)
- [Ontspanning](#)

[Over deze website](#)

---