



Gepubliceerd op Dinkelland Tubbergen 21-04-2021 10:25 (  
<https://www.socialekaartdinkellandtubbergen.nl>)

[Sociale kaart Dinkelland Tubbergen](#) > [Zorg en gezondheid](#) > 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](#)

Sociale kaart Dinkelland Tubbergen is ontwikkeld in opdracht van de gemeenten [Dinkelland](#) en [Tubbergen](#) in samenwerking met vele organisaties en instellingen.

[Over Sociale kaart Dinkelland Tubbergen](#)

