Inspiratietekst Gezond Leven

# Hoe werk jij aan je gezondheid?

Heb je het druk met werk, huishouden, kinderen en misschien ook met zorgen voor je naasten? En vraag je je wel eens af: 'Hoe houd ik het goed in **balans**?' Dan helpen we je graag. Samen met **zorgverzekeraar IZA** hebben we het **platform** [**Gezond Leven**](http://www.iza.nl/gezond-leven?utm_source=Em-181) ontwikkeld.

# Gezond Leven

Binnen Gezond Leven onderscheiden we **6 thema's**: Dagelijks leven, Gezonde geest, Gezond lichaam, Prettig leven, Samen met anderen en Zingeving. Elk thema bevat **diverse tips, testen en hulpmiddele**n die je **gratis** kunt gebruiken om gezonder te leven. Ook als je niet bij IZA verzekerd bent.

# Voordelen Gezond Leven

* Snel inzicht in je eigen gezondheid
* Praktische tips om gezonder te leven
* Online beschikbaar
* Gratis te gebruiken
* Altijd anoniem

# Inlogcode

Jij kunt altijd gratis gebruik maken van de tips, testen en hulpmiddelen die het platform Gezond Leven biedt. Voor sommige tips, testen en hulpmiddelen moet je inloggen op een website. Gebruik daarvoor de volgende inlogcode: <voeg inlogcode in>.

# Meer informatie

Wil je meer weten over het platform Gezond Leven? Kijk dan op [onze website](http://www.iza.nl/gezond-leven?utm_source=Em-181). Of neem contact op met <voeg naam contactpersoon/afdeling + contactgegevens in>.