<tekst>

# Workshops en apps voor gezonder leven

Wil je meer energie, beter slapen of optimistischer worden? Op het [Gezond Leven platform](https://www.iza.nl/gezond-leven) van IZA kun je aan de slag met allerlei workshops en apps voor een fitter en opgewekter gevoel. Deze zijn voor jou altijd en overal online, anoniem en gratis te gebruiken. Ook als je geen [collectieve zorgverzekering van IZA](https://www.iza.nl/collectieve-zorgverzekering) hebt. Ga ook direct aan de slag!

</tekst>

<button>[Naar het Gezond Leven platform](https://www.iza.nl/gezond-leven)</button>