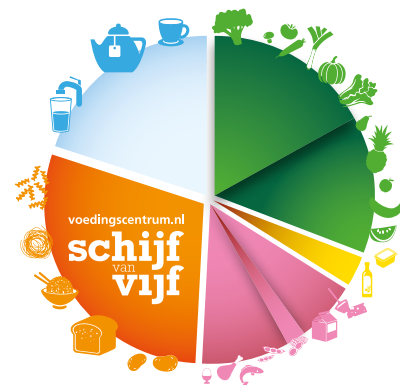


Ik ga gezonder eten, omdat:



Mijn plan:

Als ik

dan neem ik

in plaats van



Doe inspiratie op met de online tool Mijn betere keuze

Als aanvulling op de praatplaat kun je de gratis online tool Mijn Betere Keuze inzetten. Dit digitale hulpmiddel helpt betere keuzes te maken met minder calorieën, suiker, zout of verzadigd vet. Alle producten op de praatplaat zijn hierin terug te vinden. Per product wordt heel concreet aangegeven wat een betere keuze zou zijn. Je kunt Mijn betere keuze samen met je patiënt invullen of je patiënt de tool thuis laten doorlopen.

www.voedingscentrum.nl

eerlijk over eten

Voedingscentrum