**Vraag 11 t/m 20**

11) Waarom is het belangrijk om hygiënisch om te gaan met voedsel? Leg je antwoord uit.

12) Wat kan het gevolg zijn van vervuilde lucht voor je gezondheid?

13)Wat wordt er bedoeld met: “een leefstijl”.

14) Hoe kun jij je conditie verbeteren?

15) Wat is aderverkalking?

16) Hart en vaatziekte en diabetes zijn deze leefstijlziekte erfelijk? Leg je antwoord uit.

17) Welke zes tips worden er in de tekst genoemt voor een gezonder leven?

18) Wat is van de boven genoemde zes tips waarschijnlijk de beste tip?

19) Wat wordt er bedoeld met:” een sociaal netwerk.”

20) **Stelling:**

Jan viert zijn 15e verjaardag en zijn vrienden komen op bezoek. Tijdens het proosten met een biertje roept hij tegen zijn vrienden: ' gezondheid' . Jan zegt geniet van het leven en laten we lekker alcohol drinken en roken.

Is het verstandig om nu op je eet en leefgewoonte te letten zodat je een grote kans hebt op een gezond en lang leven.Of wil je nu genieten van alcohol en roken zodat je een zeer grote kans hebt dat je rond je 40e met leefstijlziekte te maken krijgt zoals; diabetes, longziekte of hart en vaatziekte?

Wat vindt jij van deze uitspraak?