

# Leef gesond

T D Z N Y H R H S Z L D U N O Y K  
G L I M L A G G V P K Y V K E R Y  
D X X U V I A O K P S R F P F U F  
J U R O W O A Z A Y O O U P E F X  
Z G I L A S P U W J N I C Z N A U  
N E G S T V K X Y L S Q S A I H N  
E S Y T E B Y J P F K O I I N I I  
B O S U R J B E M P Y R P E G F R  
W N T I C R F W N K N F L S N M Q  
O D E N E S B R U I N B R O O D Y  
N E E W K N D A X Z G H K O J B Z  
T K Y E P I K E K F I E T S R Y E  
B O V R E Z A J C S L A A P F S Y  
Y S F K M E L K V R U G T E S W B  
T X K G E S O N D A G Q B J I E J  
S T A P R B U I T E L U G Y O M N  
X A K C B L T G R O E N T E Y I K

bruin brood  
oefening  
groente  
ystee  
swem

gesonde kos  
glimlag  
ontbyt  
water  
stap

tuinwerk  
fietsry  
vrugte  
slaap

buitelug  
sonskyn  
gesond  
melk