

START'R



DOCTOR PATRICK BACQUAERT

Chief Physician of the Research Institute for Wellness,
Medicine and Health Sport (IRBMS)
Medical advisor for Start'R program

WWW.IRBMS.COM

Hallo,

U hebt geen enkele risicofactor met betrekking tot de ontwikkeling van uw gezondheidstoestand aangegeven.

Uw levensstijl toont actieve mobiliteit en lichaamsbeweging om te voldoen aan de positieve WHO-criteria voor de dagelijkse energie-uitgaven.

We moedigen u aan om uw actieve levensstijl niet te veranderen en uw activiteitssensor te blijven gebruiken om uw motivatie te behouden.

Lichaamsbeweging in combinatie met een evenwichtige voeding helpt de kans op het ontwikkelen van een chronische niet-overdraagbare ziekte in de primaire preventie te verminderen door het handhaven van uw fysieke en morele welzijn.

U kunt uw praktijken variëren door gebruik te maken van de goede adviezen die u vindt op de site van onze partner IRBMS.

Wij raden u aan deze goede hygiëne door teg even aan iedereen om u heen, zodat u beter samen kunt leven.

Ik blijf tot uw beschikking om u te helpen bij uw inspanningen om uw goede leefgewoonten in stand te houden en zo het risico op chronische niet-overdraagbare ziekten te verminderen.



IRBMS

INSTITUT DE RECHERCHE DU BIEN-ÊTRE
DE LA MÉDECINE ET DU SPORT SANTÉ