

Items leefstijlgesprek (BRAVO)

Beweging

[Beweegrichtlijnen - Kenniscentrum Sport en Bewegen](#), [Allesoversport.nl](#), [220720 Eet en Beweegdagboek](#),

[Bewegen en sport met advies en begeleiding van MEE - MEE Rotterdam Rijnmond](#), [Beweegplus - Rotterdam Sportsupport](#), [Beweegcoach](#), [looprecept](#),

Roken

[Thuisarts stoppen met roken](#), [NHG Keuze kaart- hulp bij stoppen met roken](#); [Vapen](#); [rookvrij! jij ook?](#); [Ikstopnu](#), [weQuit](#),

Alcohol

[Thuisarts alcohol](#), [Cursus grip op je alcohol: Alcohol: informatie, tips en persoonlijk advies - ALCOHOLinfo.nl](#), , [Minderdrinken | Home](#), [Home - AA Nederland \(aa-nederland.nl\)](#)

[Cursus grip op je alcohol: Alcohol: informatie, tips en persoonlijk advies - ALCOHOLinfo.nl](#),

Voeding

[schijf van vijf voedingscentrum](#) , [eetmeter - Mijn Voedingscentrum](#), [Home - Goed gevoed ouder worden](#),

[Spijverteringstest - Maag Lever Darm Stichting](#),

Verbinding/ psycho sociaal

[Vragenlijst Positieve gezondheid.nl](#), [Welzijn op Recept: één werkwijze voor heel Rotterdam van start - Rijnmond Dokters](#), [Vraagwijzer](#), [Wijkteam](#), [Motto- centrum voor levensvragen](#), [Notion socialekaart \(aanvragen via wijkcoördinator RD\)](#)

Slaap/ ontspanning

[Slecht slapen | Thuisarts.nl](#), [www.thuisarts.nl/stress](#), [www.mentaalvitaal.nl](#), [Test je mentale fitheid - Mentaal Vitaal](#), [4-7-8 ademhalingsoefening - Mindfulness.nl](#), [Grip op slaapproblemen: snelle diagnose en geen wachttijd - Ksyos](#), [POH-GGZ](#)