

# HALT<sup>2</sup> Diabetes

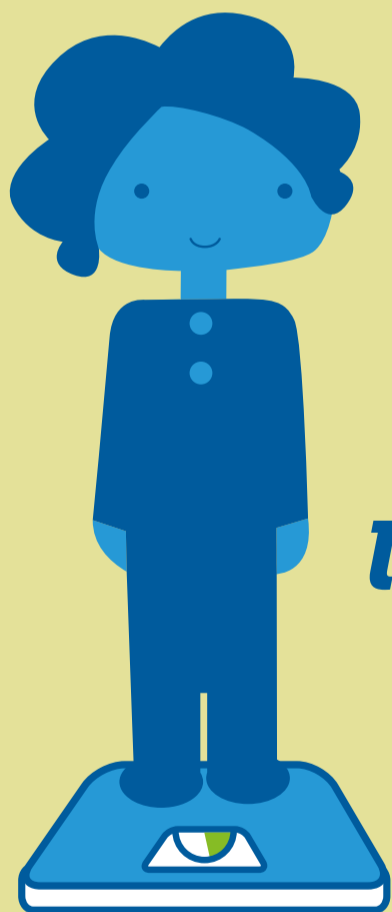
## Type 2 diabetes Verminder jouw risico



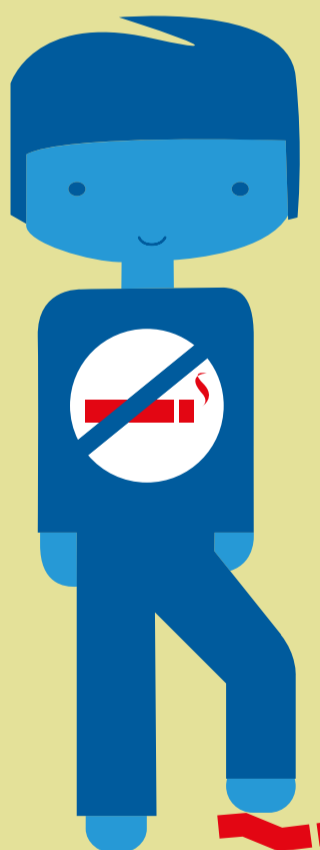
**Beweeg  
voldoende  
en vermijd  
lang  
stilzitten**



**Eet gezond  
en gevarieerd**



**Streef  
naar een  
gezond  
lichaams-  
gewicht**



**Stop met  
roken**

Halveer je risico op type 2 diabetes  
door bovenstaande adviezen te volgen.

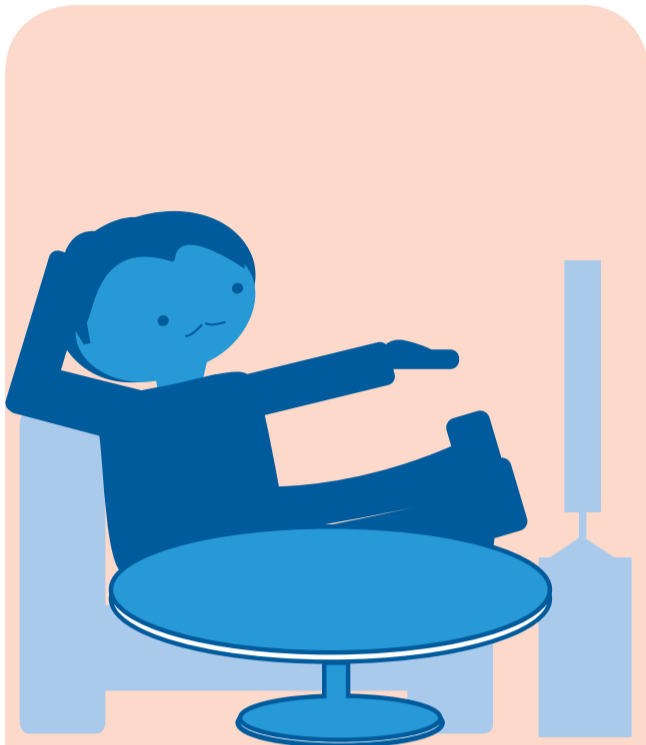
**Meer info? [HALT2Diabetes.be](http://HALT2Diabetes.be)**

**diabetes** liga  
[www.diabetes.be](http://www.diabetes.be)  
0800 96 333

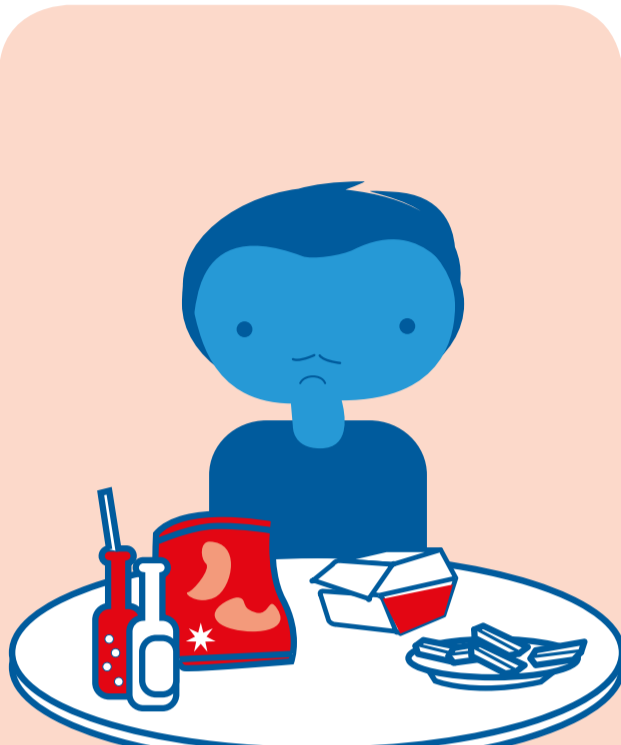
 **Vlaanderen**  
is zorg

# HALT<sup>2</sup> Diabetes

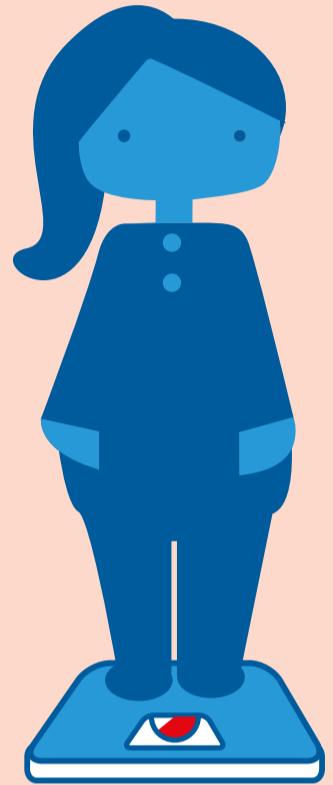
## Risicofactoren type 2 diabetes



**Gebrek aan  
beweging**



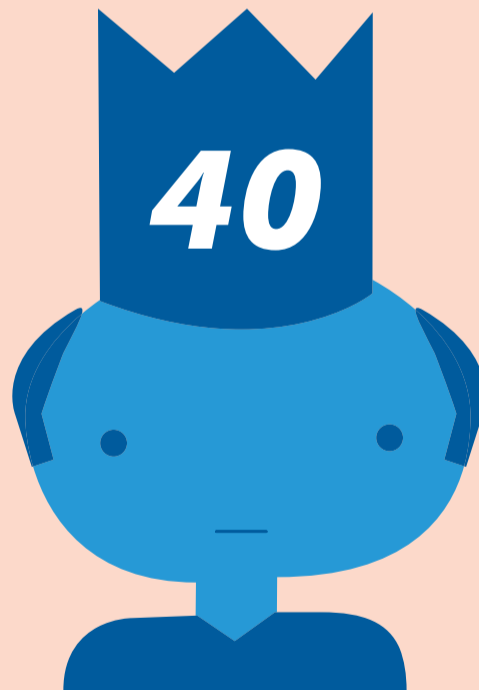
**Ongezonde  
voeding**



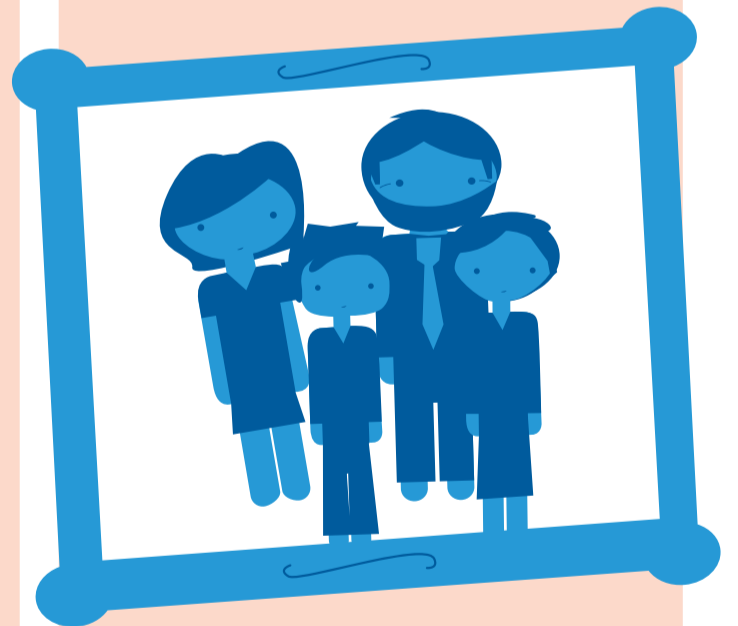
**Overgewicht**



**Roken**



**Leeftijd**



**Familiale  
voorgeschiedenis**

Halveer je risico op type 2 diabetes  
door gezond te leven.

**Meer info? [HALT2Diabetes.be](http://HALT2Diabetes.be)**

**diabetes** liga  
[www.diabetes.be](http://www.diabetes.be)  
0800 96 333

 **Vlaanderen**  
is zorg