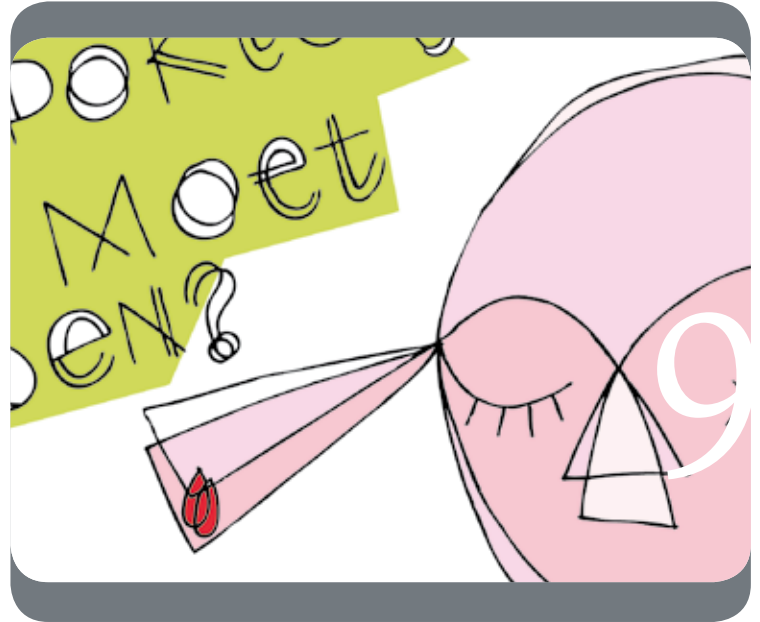
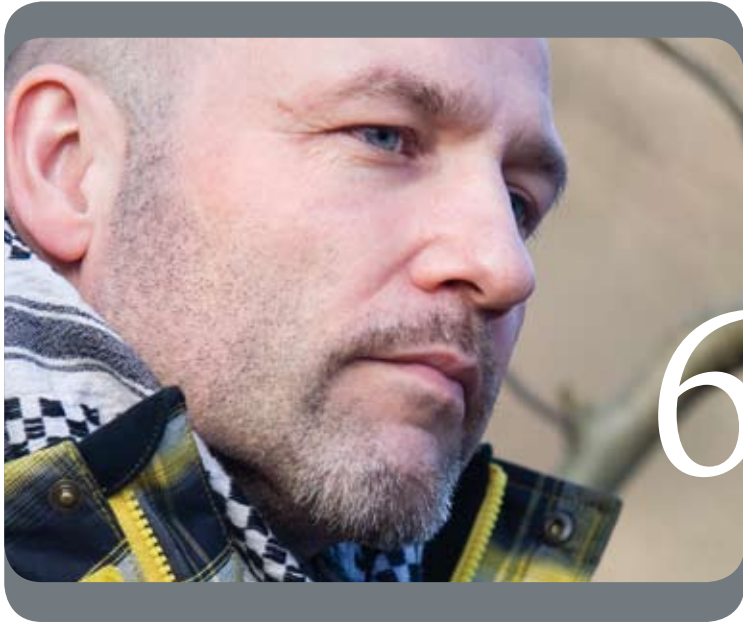


inhoudsopgave



4 prikkels **6 etmaal is te kort** 9 huisarts of 112
10 bij de optometrist 11 van dip tot depressie
12 opgeruimd huis én hoofd 14 AWBZ
16 column Esther Kreukniet 17 SOS Kinderdorpen
18 **zorg update** 20 tapdans 21 **zetje**
zebra 22 diensten CZ 23 **klantvoordeel**

voorwoord

Balans

Balansen, Balansdag, in Balans zijn... Ik ben meer het type 'Doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg'. Maar ook nuchtere mensen zoals ik zijn op een of andere manier bezig met balans in hun leven. Soms ongemerkt. Neem bijvoorbeeld duizendpoot Eddy Zoëy. Een drukbezet, vooral drúk type. Zijn gezinsleven en muziek maken houden hem in balans. Of de HuishoudCoach. Niet een chique persoon die wil dat u elke dag een 5-gangen diner serveert, maar iemand die heel gewone mensen praktische handvatten geeft om weer orde te scheppen in huis en hoofd. Want iedereen heeft wel eens het gevoel dat het niet zo lekker gaat. Blijft dit gevoel langer aanhouden, dan spreken we van een dip of (milde) depressie. Gemiddeld zijn zo'n 700.000 Nederlanders depressief. Voor CZ reden genoeg om serieus aandacht te besteden aan 'balans' in de breedste betekenis.

Mike Leers, voorzitter Raad van Bestuur

Reageren? Stuur een e-mail naar cenx@cz.nl

