



# A change of lifestyle: bibliotheek, podcast, congres, opleiding

The image displays a grid of 48 book covers, organized into 8 rows and 6 columns. The covers feature various titles and authors, including:

- Row 1:** 'Als ik het leven over mocht doen' by Bronnie Ware; 'THE OBESITY CODE' by Jason Fung; 'STUDEERDEN WIJ MEDICIJNEN OF GEZONDHEIDSKUNDE?' by Lieneke van de Griendt; 'OER DIEET' by Remko Kuipers; 'THE DIABETES CODE' by Dr. Jason Fung; 'Leefstijl op recept' by Jacqui van Kemenade; 'VET BELANGRIJK' by Mariëtte Boon & Liesbeth van Rossum; 'DIABETES EPIDEMIC & YOU' by Joseph R. Kraft; 'MOTIVEREN KUN JE LEREN' by Pauline Dekker & Wanda de Kanter.
- Row 2:** 'WHY WE GET SICK' by Benjamin Bikman; 'Sapiens' by Yuval Noah Harari; 'Handboek leefstijlgeneskunde' by De basis voor iedere praktijk; 'Het slimme darmen dieet' by Dr. Michael Mosley; 'Diabetes type 2? Maak jezelf beter' by Karine Bovenbergh & Hans Pijl; 'Het voedsellabyrint' by Jaap Seidell & Jutka Halberstadt; 'ANDERE KOST' by Jaap Seidell & Jutka Halberstadt.
- Row 3:** '10 JAAR CAD EAU' by David van Bodegom & Boud Westendorp; 'HET GEHEIM VAN DAN LANGER LEVEN' by Dan Buettner; 'Van GEZOND DORP naar GEZOND LAND' by Hans van Helik & Noortje van den Buijk; 'Slapen als een oermens' by dr. Merijn van de Laar; 'SLAAP' by Matthew Walker; 'Ontpillen' by David van Bodegom; 'OER GEZOND' by Remko Kuipers; 'nooit meer te druk' by Tony Crabbe; 'De cholesterol mythe' by Daan de Wit.
- Row 4:** 'HET BOEK VAN VREUGDE' by Dalai Lama & Desmond Tutu; 'OUD WORDEN IN DE PRAKTIJK' by David van Bodegom & Boud Westendorp; 'MINDER SLIKKEN VEEL MINDER' by Remke van Staaveren; 'OM ARM DE CHAOS' by Jan Rotmans; 'Elementaire Gewoontes' by James Clear; 'Wij zijn onze hormonen' by Max Nieuwdoorp; 'De Alzheimer Aanpak' by Amy Berger; 'ONCE UPON A FUTURE' by Christopher M. Palmer; 'BRAIN ENERGY' by Christopher M. Palmer.