

**De biologische klok**

**STELLINGEN**

**1**

**Ik ga in het weekend  
later naar bed dan  
doordeweeks.**

**Ik sla het ontbijt  
weleens over.**

**2**

3

**Ik zit het grootste gedeelte van de dag binnen.**

**Ik kijk voor ik ga slapen  
naar het scherm van een  
tv, computer, tablet of  
smartphone.**

**4**

5

**Ik neem wel eens  
een snack na het  
avondeten.**

**Meer leren over de  
biologische klok?**

**Scan de QR code!**

