

DIT IS SAM

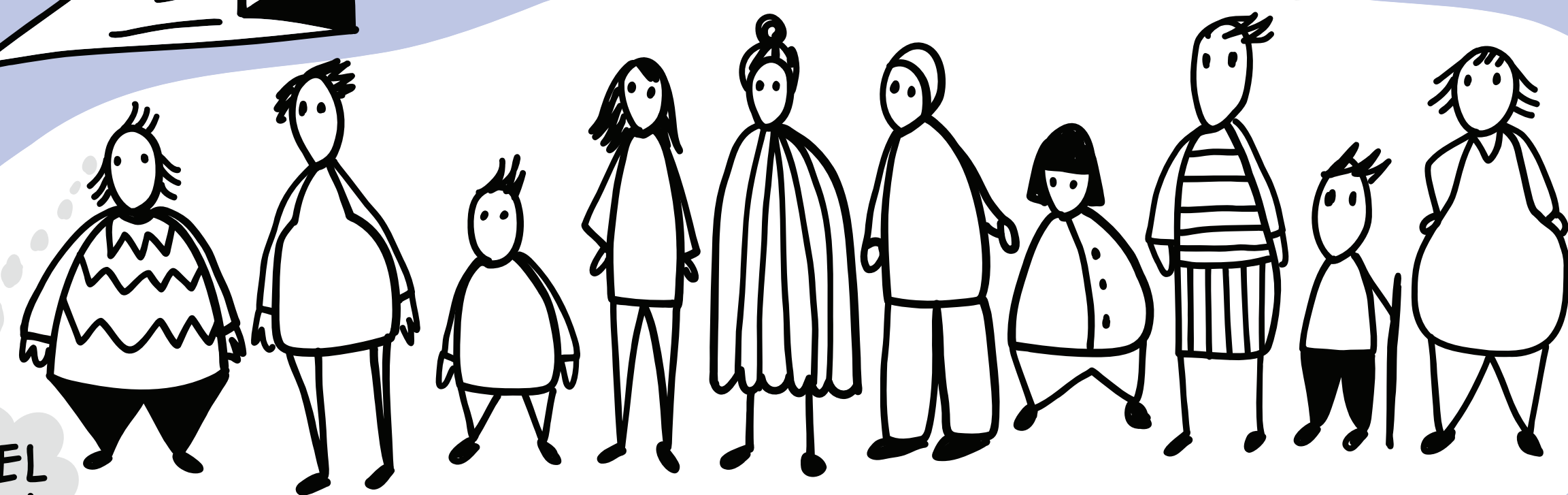


SAM WEET NIET DAT ZE GEZONDHEIDSRISICO LOOPT:

- ☐ TE ZWAAR?
- ☐ HOGE BLOEDDRUK?
- ☐ HOGE CHOLESTEROL?
- ☐ HOGE BLOEDSUIKER?

SAM KAN ALLEEN DEZE WAARDEN WETEN ALS ZE ZICH LAAT METEN

WELKOM bij GROEPSCONSULT



WAT VEEL MENSEN!

BINNEN ZIET SAM MEER MENSEN DIE NIET WETEN DAT ZE GEZONDHEIDSRISICO LOPEN

1. INTRO



WE BEGINNEN MET EEN BEETJE BEWEGEN

2. CIRCUIT

BEWEGEN & BMI

BLOEDDRUK

BLOEDSUIKER
CHOLESTEROL

GEESTELIJKE,
FINANCIËLE &
SOCIALE
GEZONDHEID

CHECK
GEGEVENS

SPORT &
BEWEGEN

ZORG

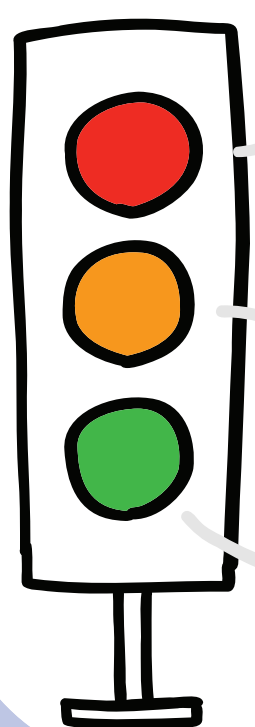
HARTSTICHTING

WELZIJN

RESULTATEN

3. UITSLAG

CENTRAAL MET ZIJN ALLEN:
WAT BETEKENEN DE UITSLAGEN?



ROOD (AFWIJKENDE WAARDEN)
⇒ WE MAKEN DIRECT AFSpraak
Bij JOUW HUISARTS

ORANJE
⇒ BEWEGEN + VERANDERING
GEWENST

GROEN
⇒ GOED BEZIG! GA ZO DOOR

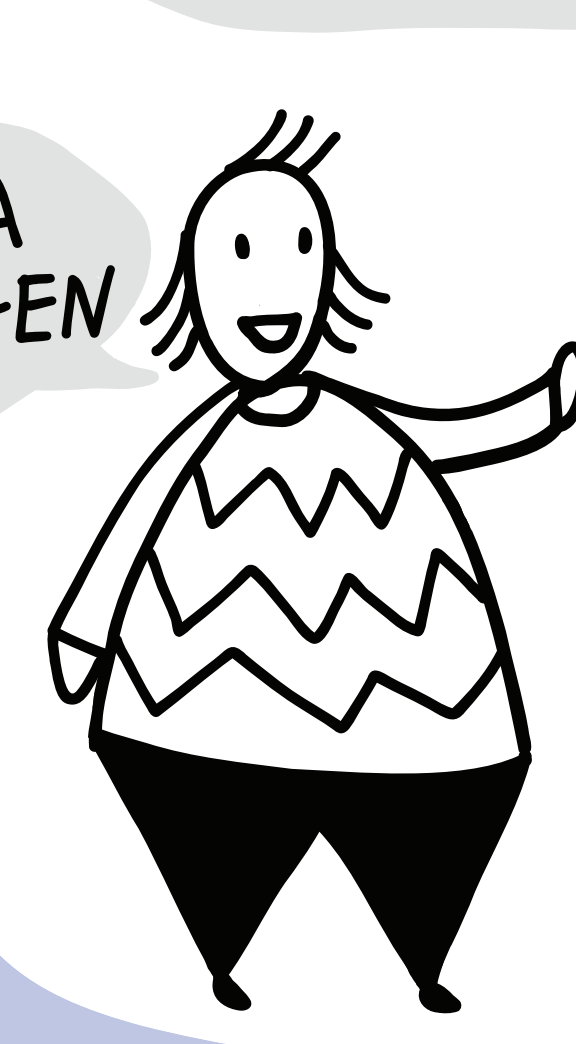


ERVARINGS-
DESKUNDIGE
VERTELT HAAR
VERHAAL

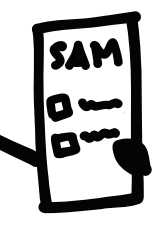
WAT WIL JE DOEN
NU JE DE UITSLAG WEET?

- ☐ BEWEGEN +
- ☐ ANTI-STRESS
- ☐ DIËTIST
- ☐ SCHULDHULP
- ☐ FYSIOTHERAPIE
- ☐ LEEFSTIJLCOACH
- ☐ WANDELGROEP
- ☐ ...

IK GA
BEWEGEN
EN...

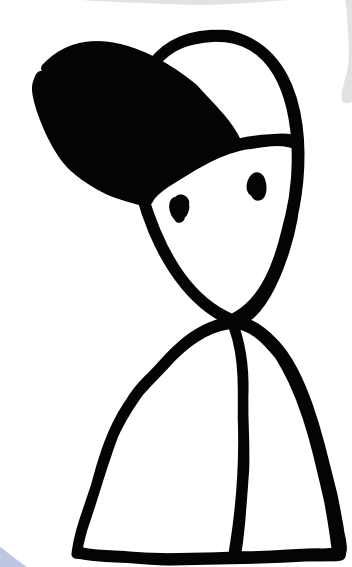


IK SCHRIJF
HET OP



HOE GAAT HET?

IK WANDEL
EN...



+6 WK



IK VOEL ME FITTER
HEB MEER ENERGIE
EN LEEF GEZONDER!

IK GA WEER NAAR
GROEPSCONSULT OM
TE KIJKEN OF MIJN
WAARDEN VERANDERT
ZIJN EN OF IK NOG IETS
ANDERS KAN DOEN



+6 MND

DIT IS SAM'S
HUISARTS

GROEPS-
CONSULT?

ZIJ MAAKT
EEN AFSpraak
VOOR SAM BIJ
GROEPSCONSULT



WELKOM
BIJ
GROEPS
CONSULT



LOKALE BUURTHUIS



WIJ STAAN
KLAAR!

BUURT
SPORT
COACH

ARTS

HART-
STICHTING

WELZIJN

ONDERZOEKER