Mijn gezondheidsdoelen

KRUIS DE RISICOFACTOREN AAN DIE VOOR U VAN TOEPASSING ZIJN

- ☐ ROKEN
- ☐ TE HOOG CHOLESTEROL
- ☐ ONGEZOND ETEN
- ☐ TE HOGE BLOEDDRUK
- ☐ TE VEEL ALCOHOL
- ☐ OVERGEWICHT
- ☐ TE WEINIG BEWEGEN
- ☐ TE VEEL STRESS
- ☐ TE HOGE BLOEDGLUCOSEWAARDEN
- ☐ ONZORGVULDIG MEDICIJNGEBRUIK

Doel - wat wil ik bereiken?	Hoe ga ik dat doen?	Welke steun of advies heb ik nodig?	Begindatum	Evaluatiemoment - hoe gaat het?