



**DOKTER
BLOEM®** 
Leefstijlkliniek

Dokter BLOEM® biedt het SLIMMER programma als Gecombineerde Leefstijl Interventie

Wat is de GLI SLIMMER

Deze Gecombineerde Leefstijl Interventie richt zich op het verminderen van overgewicht bij volwassenen. SLIMMER biedt interventies op voeding, beweging en ontspanning en coacht op het veranderen van gedrag. Zodat de deelnemer zelf een gezonde leefstijl ontwikkelt op alle relevante aspecten. Dit tweejarig traject bestaat uit 18 tot 24 groepsbijeenkomsten, aangevuld met met individuele gesprekken met de leefstijlcoach of diëtiste. Samen met de buurtsportcoach wordt gekeken hoe de deelnemer kan aansluiten bij het beweegaanbod in de eigen omgeving.

Voor wie is de GLI

De GLI is bedoeld voor mensen met overgewicht die een risico lopen op hart- en vaatziekten en/of suikerziekte. Belangrijk is een flinke dosis motivatie en geen onderliggende psychiatrische problematiek.

Vergoeding

Het SLIMMER programma wordt in de regio Zutphen volledig vergoed vanuit de basisverzekering en omvat coaching op het gebied van voeding, beweging en gedrag. Het valt buiten het eigen risico.

Deze deelnemer bracht zijn diabetes in remissie: 'Ik geef dit een 10, ik ben heel tevreden, ik ben meer dan 20 kg lichter. Het belangrijkste is dat ik van mijn diabetes medicijnen af ben. Dat is me al heel veel waard.' Jan (64 jaar).

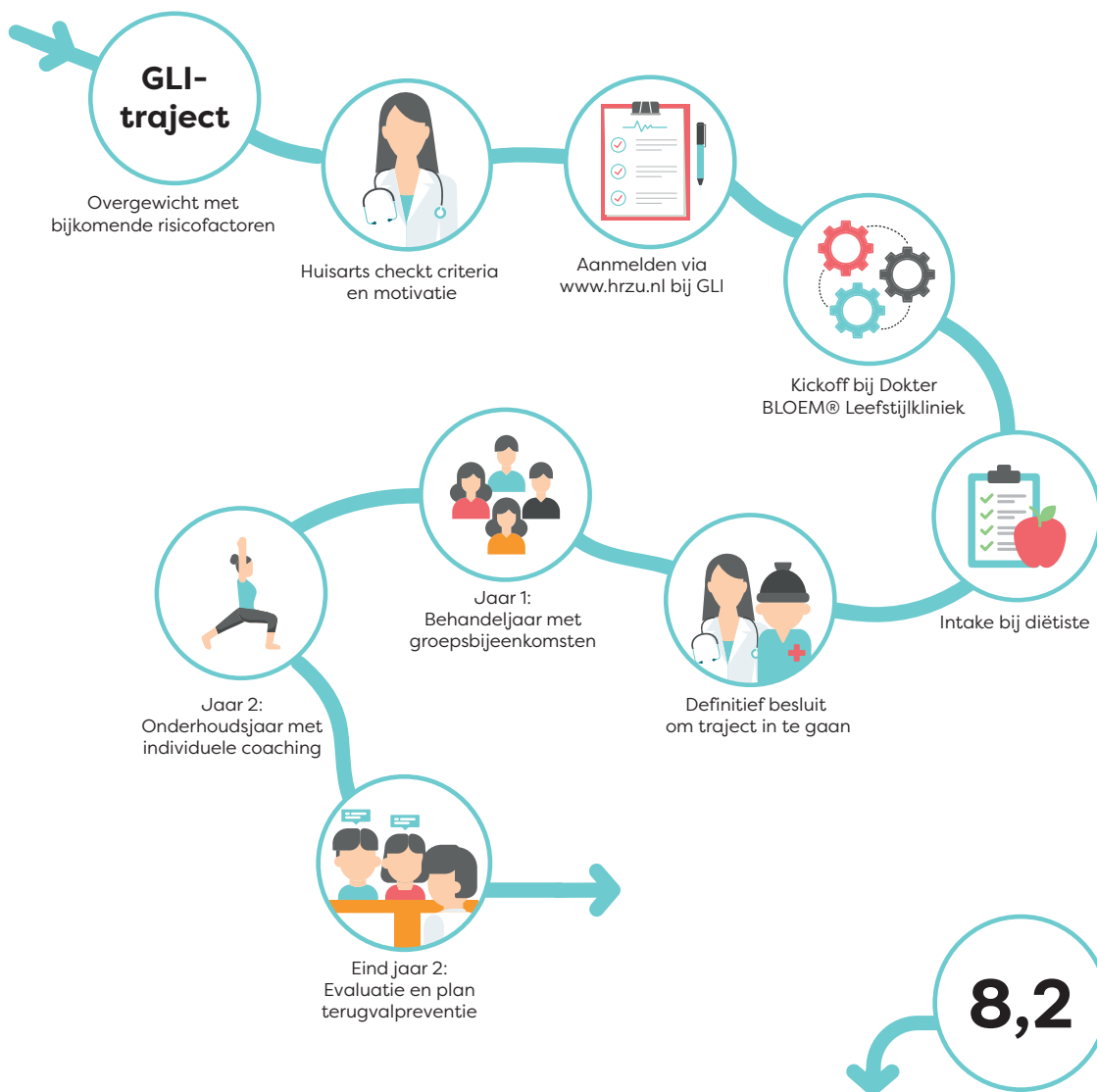
Dokter BLOEM® voor een bloeiende gezondheid

Dokter BLOEM® Leefstijlkliniek
Gezondheidscentrum Vijverstaete
Piet Heinstraat 11
7204 JN Zutphen
T: 0575 775546
www.dokterbloemleefstijlkliniek.nl
gezond@dokterbloemleefstijlkliniek.nl





Het SLIMMER programma | de Gecombineerde Leefstijl Interventie



De GLI van Dokter BLOEM® krijgt een 8,2

Wat zeggen deelnemers over Dokter BLOEM® Leefstijlkliniek?

*Sfeer binnen groepsbijeenkomsten
Krijgt een 9*

- Veilig gevoel
- App-groep zorgt voor extra contact
- Goede groepsdynamiek

*De begeleiding van de leefstijlcoach
Krijgt een 9*

- Met veel enthousiasme
- Goede adviezen
- Leefstijlcoach toonde veel begrip

*Informatie tijdens de kickoff
Krijgt een 8,8*

- Duidelijke informatie
- Zinvolle avond door verschillende coaches
- Tijd voor vragen