

# WERKEN AAN EIGEN GEZONDHEID

Welke onderwerpen wilt u graag bespreken met uw zorgverlener?

MELD U AAN VOOR HET  
STOPPEN MET ROKEN  
PROGRAMMA VAN HONK

**BLIJ** ROOKVRIJ!  




SLAPEN/RUST



SOCIALE CONTACTEN



VOEDING



BEWEGEN



ROKEN



ALCOHOL



STRESS



MEDICATIE



GEWICHT



ONTSPANNING/HOBBY'S



ZIEKTEBEELD



INTIMITIEIT/SEKSUALITEIT

# GESPREKSKAART

- ◆ Datum volgende afspraak:

---

- ◆ De volgende onderwerpen bespreekt mijn zorgverlener graag met mij tijdens de volgende afspraak:

---

---

---

- ◆ De volgende onderwerpen bespreek ik graag met mijn zorgverlener tijdens de volgende afspraak:

---

---

---

- ◆ Wat wil ik de komende periode bereiken:

---

---

---

---

- ◆ Dit doe ik door middel van:

---

---

---

- ◆ De doelen en acties evalueren mijn zorgverlener en ik op de volgende datum:

---