

Alleen bij interesse naar een voedings- en leefstijladvies door een BGN gewichtsconsulent dien je ook onderstaande vragen te beantwoorden. Dit om de begeleiding te kunnen optimaliseren maar ook om aanspraak te kunnen maken op een (gedeeltelijke) vergoeding vanuit je (aanvullende) zorgverzekering.

- 1a. Wat is je lengte?  
.....
- 1b. Wat is je gewicht in KG?  
.....
- 1c. Wat is je BMI? (indien nodig door gewichtsconsulent berekend)  
.....
- 1d. Hoeveel cm is je middelomtrek (taillemeting). Meet het smalste gedeelte tussen onderste rib en heuprand.  
.....
- 1e. Wat is je vetpercentage? (vetpercentage wordt gemeten en hieronder ingevuld door gewichtsconsulent)  
.....
2. Wat is je ziektekostenverzekering? (i.v.m. mogelijke vergoeding)  
.....
3. Kun je me iets vertellen over je dieetgeschiedenis en/of lijnverleden?  
(wat gedaan, had het (blijvend) effect?, is er een terugval geweest en hoe kwam dat?)  
.....  
.....  
.....
4. Wanneer ben je (zoveel) aangekomen?  
.....  
.....
5. Is er overgewicht in de familie?  
.....  
.....
6. Heb je een (voedsel)allergie?  
.....
7. Wat is je doel en streefgewicht?  
.....
8. Heb je weleens een voedingsdagboek bijgehouden?  
.....
9. Heb je weleens een NVE-lijst (Nederlandse Vragenlijst voor Eetgedrag) ingevuld?  
.....
10. Wat zijn je voedings- voor- en afkeuren?  
.....  
.....
11. Heb je (bijzondere) voedingsgewoonten passend bij je cultuur, overtuiging, sociale omgeving?  
Denk aan vegetarisch, veganisme, vastenmaand, veel feestjes e.d.)  
.....  
.....  
.....
12. Heb je steun van familie, vrienden en/of anderen?  
.....  
.....
13. Hoeveel tijd per dag ben je bereid te steken in je leefstijlverandering?  
.....  
.....