



Je gaat starten met onze Aanpak in Teamverband!

Wij zijn er vanaf nu voor jou om je te helpen bij het maken van de juiste keuzes. We helpen je de knop om te zetten. De knop omzetten doe je samen met een gespecialiseerd team van internisten, fysio-, oefen-, ergotherapeuten, psychologen en diëtisten. Onze Overgewichtapp is daarbij een belangrijk hulpmiddel.

AANPAK IN TEAMVERBAND

In een Leefstijlaanpak in Teamverband van minimaal een jaar helpen we je de knop om te zetten, keuzes te maken en daar niet meer van af te stappen. Dat doe je samen met een gespecialiseerd team van internisten, fysio-, oefen-, ergotherapeuten, psychologen en diëtisten in Amersfoort of Lelystad. Onze Overgewichtapp helpt daarbij.

Dit is belangrijke informatie:

- Op onze website www.OvergewichtCentrum.nl kun je alle informatie vinden over overgewicht, obesitas, ons programma, de adresgegevens van de locaties en zo meer.
- Je wordt vanzelf door onze Patiëntdesk gebeld voor het maken van afspraken.
- Gedurende het programma, kun je voor alle organisatorische zaken of vragen bellen naar 0320-277 772, of een e-mail sturen naar patiëntdesk@overgewichtcentrum.nl
- De Gezondheidsmeter Overgewichtapp kun je zelf downloaden, maar moet worden geactiveerd door een therapeut. Als dat nog niet is gedaan, bespreek dat dan tijdens een consult of een beweegmoment.
- De internist, ergotherapeut, psycholoog en diëtist worden vergoed uit de basisverzekering. De fysio- en oefentherapeut uit de aanvullende verzekering (minimaal 9 consulten beschikbaar zou mooi zijn). Wanneer u niet aanvullend verzekerd bent ontvangt u hier zelf een nota voor.
- De eigen bijdrage is € 60,- per maand, minimaal een jaar (bij betaling ineens € 690).
- Om je te kunnen helpen moeten wij natuurlijk persoonsgegevens opslaan. Daarbij voldoen wij aan wetgeving en worden daar jaarlijks op gecontroleerd. Je treft een uitgebreide uitleg op onze website aan, in een uitgebreide privacyverklaring.
- Alleen in Amersfoort kun je aanvullend een onbeperkt fitness abonnement binnen Vitaal Amersfoort voor € 19,95,- per maand afnemen.

- **Bewegen** gedurende minimaal een jaar, met een leuke combinatie van sport, spel en fitness in een kleine groep mensen met hetzelfde doel:
 - Je start in een instroomgroep om de groep vol te maken;
 - Daarna word je drie maanden, twee keer per week actief begeleid.
 - Na drie maanden wordt dat één keer per week. Doel is dat je daarna in overleg met ons zelf een activiteit uitzoekt. Op verzoek kun je na drie maanden tot in totaal een jaar doorgaan met twee keer per week, maar dan wordt het abonnement bedrag uiteraard aangepast.
- **Individuele begeleiding** volgens een over de behandelperiode verdeelde standaardplanning, die we zo nodig op maat kunnen bijstellen. Je ziet een
 - **leefstijl(ergo)therapeut** die afhankelijk van jouw situatie leefstijlonderwerpen met je doorneemt. Voorbeelden daarvan zijn aanpassen, omgaan met maatschappelijke beperkingen en stress – met als onderdelen herkennen, omgaan met situaties, aangeven van grenzen-, activiteiten managen, slaaphygiëne, hervatting van werk of opleiding, sociale contacten e.d.
 - **fysiotherapeut:** die maandelijks controles doet om belastbaarheid te volgen, informatie vastlegt, meekijkt met de Gezondheidsmeter Overgewicht, individuele begeleiding en adviezen geeft en uiteindelijk het beweegprogramma afsluit.
 - **oefentherapeut:** ademhalen, ontspanning, slaap en eventueel houding verbeteren.
 - **internist:** behandeling en controle leefstijlaanpak na ongeveer vier maanden. In overleg zijn meerdere consulten mogelijk.
 - **diëtist** met natuurlijk voeding als aandachtsgebied. Op basis van de Analyse worden afspraken enige tijd na de start van het bewegen ingepland.
- De psycholoog geeft zes **leefstijltrainingen** van 1 uur in groepsverband over alle aspecten van leefstijl. Daarin onder meer aandacht voor ‘emotieregulatie en impulscontrole’, beïnvloeden van storende en helpende gedachten bij verandering leefstijl; assertiviteit, perfectionisme, geen nee zeggen e.d..
- De **Meet&Greet** met patiënten en behandelaars doen we vooralsnog een keer per maand online rond de zomerperiode. Er is altijd een thema om mee op te starten en daarna is het vooral lotgenotencontact: wat kunnen we van elkaar leren.
- Je wordt **actief begeleid** door jouw team van behandelaars. De Overgewichtapp met mogelijke koppeling aan Fitbit helpt daarbij. Zo nodig heb je telefonisch of e-mailcontact met onze ‘Patiëntdesk’ voor organisatorische vragen, afspraken en dergelijke.
- Het programma duurt minimaal een jaar, maar daarna kun je ook gewoon doorgaan.

Doorlopende Machtiging S PA

Naam : Focuszorgteam bv (h.o.d.n. OvergewichtCentrum)
Adres : Het Ravelijn 1
Postcode : 8233 BR Woonplaats: Lelystad
Land : Nederland Incassant ID: NL12ZZZ6830900000

Kenmerk machtiging :

Onderdeel van voorafgaand verzonden informatiedocumenten. Door ondertekening van dit formulier geef je toestemming aan Focuszorgteam bv om namens OvergewichtCentrum doorlopende incasso-opdrachten te sturen naar jouw bank om een bedrag van de rekening af te schrijven wegens betaling van het abonnementsgeld en aan de bank om doorlopend een bedrag van de rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van Focuszorgteam bv.

Als je het niet eens bent met deze afschrijving kun je deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen acht weken na afschrijving contact op met de bank. Vraag de eigen bank naar de voorwaarden.

naam: geboortedatum:

adres:

postcode: woonplaats:

land: Nederland

rekeningnummer (IBAN) : bank identificatie (BIC)*:.....

e-mailadres** :

* Geen Verplicht veld bij NL IBAN.

** Facturen worden per e-mail verzonden.

Let op: bedrag(en) selecteren (duidelijk aankruisen) dat gekozen is voor betaling eigen bijdrage:

minimaal   720,- te verdelen in 12 niet opzegbare termijnen van   60,- per maand (12 maanden);

bedrag ineens   690,-;

aangevuld met (onbeperkt fitness abonnement binnen Vitaal Amersfoort voor   19,95,- per maand.

Getekend voor gelezen en akkoord voor machtiging  n bovenstaande informatie (3 pagina's):

plaats en datum:

handtekening:

.....

.....