



Afspraakvoorbereiding van:

Voor afspraak op:

Klik per vraag op het rondje wat voor u van toepassing is

	Nog niet gelezen	Gelezen, Nog niet alles is duidelijk	Gelezen, en het is helemaal duidelijk
Gewoonten en keuzes			
Eten en drinken			
Lichaamsbeweging			
Een gewichtig onderwerp			
Roken, waarom niet?			
Zelf haalbare doelen stellen			
Samenvatting/aan de slag			
Nadere info: Meer over koolhydraten			
Nadere info: Voorzorgsmaatregelen bij inspanning			
Nadere info: Naar een goed gewicht			
Nadere info: Ernstig en extreem overgewicht			

Als u dat nu wilt kunt u [hier](#) klikken om het "HAALBARE DOELEN"-formulier te openen.

Bedenk alvast tevoren wat voor u nu een 'haalbaar doel' is, waar u aan wilt werken  
Vul het in en neem het mee bij de volgende afspraak met iemand van uw diabetes-team

Zijn er nog meer zaken zijn die u wilt bespreken? Zo ja, noteer deze en neem ze mee naar uw zorgverlener.