

Gecombineerde leefstijl interventie

Onder begeleiding van een leefstijlcoach op weg naar een gezond en passend leef-, eet- en beweegpatroon.



Bewezen, succesvol programma voor mensen met overgewicht en obesitas.

- ✓ ontvang een persoonlijk voedings- en beweegplan
- ✓ ontwikkel een gezondere leefstijl d.m.v. gedragsverandering
- ✓ trek op met andere deelnemers uit de regio
- ✓ ontvang tips over o.a. voeding, bewegen, afvallen en mogelijkheden om te sporten

Wilt u ook aan de slag met een gezonder leefpatroon? Informeer dan bij uw huisarts of praktijkondersteuner of u in aanmerking komt voor vergoeding van het leefstijlprogramma (GLI) vanuit de basisverzekering.

Kijk voor meer informatie op <https://www.ketenzorgfriesland.nl/portal-kz-patient-pagina/gli> of neem contact op met uw zorgverzekeraar.