

Een gesprek met uw zorgverlener?
Stel 3 goede vragen, en beslis samen!

1. Wat zijn mijn mogelijkheden?

2. Wat zijn de voordelen en nadelen van die mogelijkheden?

3. Wat betekent dat in mijn situatie?

Voor meer informatie? Kijk dan op de website
www.3goedevragen.nl



Wij willen weten wat belangrijk is voor u.

Bij de zorgverlener? 3 goede vragen

Wat zijn mijn
mogelijkheden?

Wat zijn de voordelen
en nadelen van die
mogelijkheden?

Wat betekent dat
in mijn situatie?



Voor meer informatie: www.3goedevragen.nl

Krijgt u advies bij de zorg-
verlener? U heeft altijd
meerdere mogelijkheden.
Wat past het beste bij u?
Stel 3 goede vragen.

Hoe kan
ik mijn
voeding
aanpassen?

Els, diabetes
en hoge
bloeddruk



Mijn litteken
zelf masseren,
of naar de
huidtherapeut?

Amira, herstellende
na operatie



Met welke
hulpmiddelen
kan de ergo-
therapeut mij
helpen?

Hans, multiple
sclerose (MS)



Welke
oefeningen bij
de oefen- of
fysiotherapeut
kan ik doen?

Marjan, rugklachten



Wat kan ik doen om
mijn kind te helpen?

Vader van Levi, 6 jaar, met
spraakproblemen



Zij stelden de drie vragen ...

..... "Ik heb diabetes. Van de dokter moest ik insuline spuiten.
Maar ik heb al veel medicijnen. Ik wilde niet nog meer erbij.
Ik vroeg de diëtist naar mijn mogelijkheden. Zij vertelde dat ik
ook met ander eten kon proberen mijn suiker te verlagen. Ik heb dan
waarschijnlijk zelfs minder medicijnen nodig voor mijn bloeddruk.
De diëtist helpt mij stap voor stap betere keuzes te maken."

Els, 44 jaar

..... "Ik heb last van mijn rug. Er zijn foto's gemaakt, maar de
oorzaak is niet gevonden. Mijn behandelaar legde mij uit dat het te
maken kan hebben met mijn spierkracht, mijn activiteiten, stress en
nog veel meer. Samen maken we een keuze wat ik kan aanpakken.
En met welke oefeningen, thuis of bij de behandelaar. **We hebben
de voor- en nadelen van verschillende oefeningen op een rijtje
gezet.**" Marjan, 76 jaar

..... "Mijn kind krijgt elke week oefeningen mee van de
logopedist. Het is moeilijk om daar steeds tijd en zin voor te maken.
Ik vroeg de logopedist wat wij kunnen doen in onze situatie.
Hij gaf ons tips om te oefenen met taal tijdens een activiteit die
wij toch al doen. Wij kozen voor het oefenen van taal tijdens het
boodschappen doen. Dat duurt nu wel iets langer maar het is ook
gezelliger." Vader van Levi, 6 jaar, met spraakproblemen

Wij beslissen graag samen met u!



Wat is belangrijk voor u? Hoe is uw
persoonlijke situatie? Het is belangrijk dat we dat
bespreken. Dan kunnen we samen beslissen welke
zorg het beste bij u past.

