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

ergotherapie nederland

Nederlandse Vereniging van Diëtisten

Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie
De fysiotherapeuten van Nederland

Keurmerk Fysiotherapie

NVH Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten

NVLF Nederlandse Vereniging voor Logopedie en Foniatrie

VvCM Vereniging van Oefentherapeuten

Patiëntenfederatie Nederland
samen de zorg beter maken

Roessingh
Centrum voor Revalidatie

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

© Patiëntenfederatie Nederland

Krijgt u advies bij de zorgverlener? 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

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

Met welke hulpmiddelen kan de ergotherapeut mij helpen?
Hans, multiple sclerose (MS)

Wat kan ik doen om mijn kind te helpen?
Vader van Levi, 6 jaar, met spraakproblemen

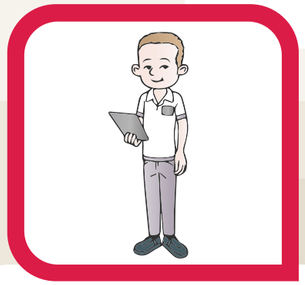
Zij stelden de drie vragen ...

"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.