

## Voor wie?

Vrouwen, mannen en kinderen kunnen bij mijn praktijk terecht. Ik ga u geen beperkingen opleggen, maar door een ongedwongen creatieve controle, door middel van kennis en ervaring uw voeding zo aanpassen dat u uw doel behaalt.

Eet voedzaam, beweeg regelmatig en

GENIET want:

Met je basis in balans kun je verder bouwen aan een krachtig en energiek leven!!



Neem contact op voor vrijblijvende informatie of een afspraak.

## Zorgverzekeraars

De meeste ziektekostenverzekeraars vergoeden de behandelingen of een deel daarvan.

De begeleiding van een gecertificeerd BGN-gewichtsconsulente wordt door een toenemend aantal zorgverzekeraars vergoed vanuit aanvullende zorgpakketten. Raadpleeg hiervoor uw eigen zorgpolis.

Enkele voorbeelden van verzekeraars zijn:

Achmea  
Zilveren Kruis  
CZ  
Interpolis  
Menzis  
Delta Lloyd  
Ohra  
FBTO  
VGZ  
Univé  
Zorg en Zekerheid



## Gewichtsproblemen?



voor voedingsadvies op maat

Marina Kessels  
06 – 24 66 02 04  
Gewichtsconsulente

<http://www.basicbalancedeurne.nl>  
[info@basicbalancedeurne.nl](mailto:info@basicbalancedeurne.nl)



## Doel

Samen met u een gezond evenwicht creëren waarmee u een leven lang vooruit kunt!

## Hoe?

Door te kijken naar wat uw lichaam structureel nodig heeft met het oog op uw persoonlijke leefsituatie.

We moeten steeds keuzes maken; wat kan ik het beste kiezen, welke producten zijn gezonder voor me, wanneer neem ik iets lekkers? Er is veel info omtrent voeding op dit moment. Om hier duidelijkheid in te krijgen is geen overbodige luxe.

Als gewichtsconsulente help ik u graag op weg. Voor een persoonlijk voedingsadvies ga ik uit van uw eigen leef- en eetpatroon, voeding is tenslotte maatwerk.

Of het nu gaat om het verliezen van gewicht, het handhaven, of op gewicht komen.

Graag help ik u hierbij. U bent van harte welkom in mijn praktijk.

## Werkwijze

Stapsgewijs zal ik samen met u een traject doorlopen waarbij we uitgaan van mogelijkheden. We gaan samen uw eet-, beweeg- en leefgewoontes bekijken. U leert uw gewoonten kennen en maakt van hieruit gezondere keuzes. De aanpassingen, die U doet, zullen hierdoor bij u passen: dit is de sleutel tot succes!

Het behandeldoel en behandelplan wordt in overleg met u bepaald. Uitgangspunt is een voedingsadvies wat voor de lange termijn vol te houden is.



## Leven zonder lijnen

Tijdens de vervolgconsulten stimuleer en motiveer ik u om uw advies vol te houden. De vervolgconsulten zijn gericht op gedragsverandering voor lange termijn. Aan de andere kant wordt aandacht besteed aan praktische tips en adviezen, zoals het lezen van verpakkingen, tips voor uit eten, onregelmatige diensten, feestdagen.