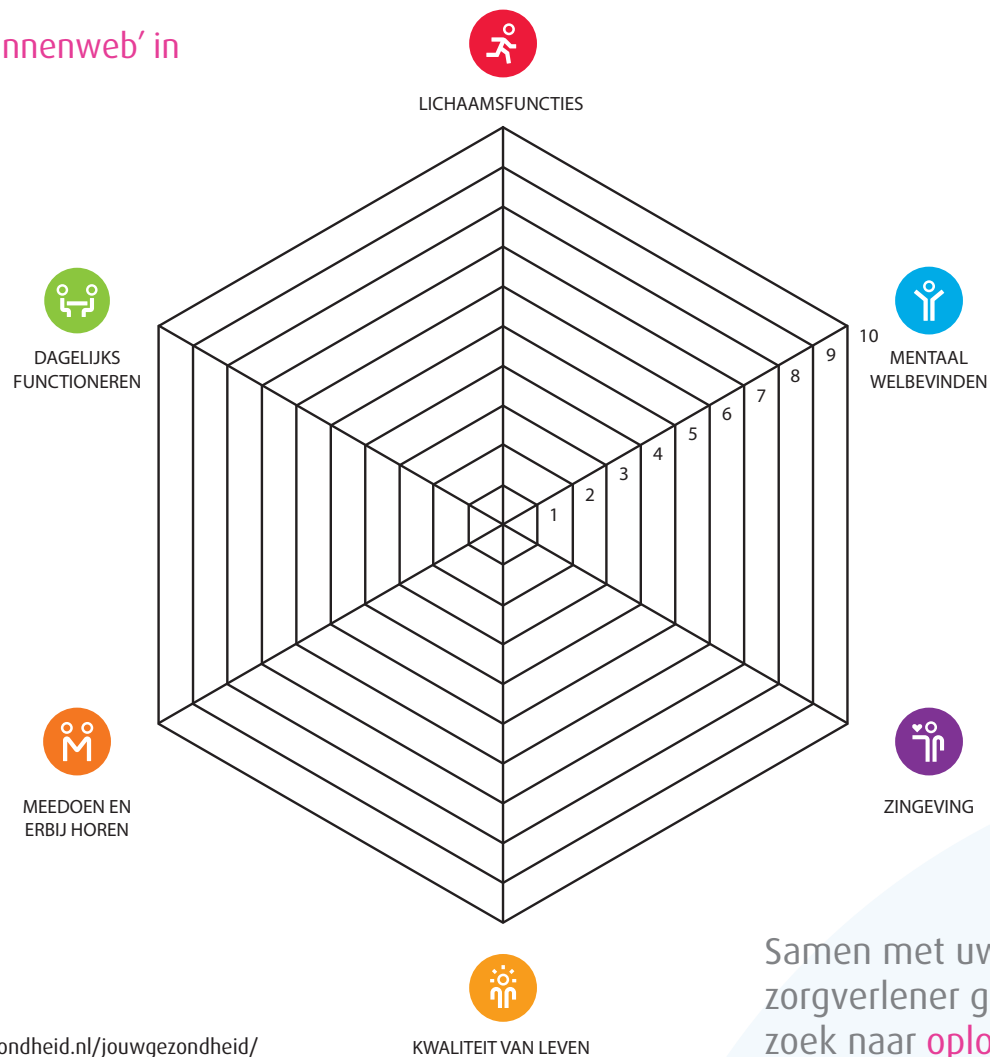
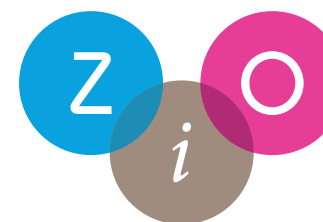


Vul het 'spinnenweb' in



mijnpositievegezondheid.nl/jouwgezondheid/

Samen met uw zorgverlener gaat u op zoek naar oplossingen.



Hoe gaat het met u?
Positieve Gezondheid in
de huisartsenpraktijk

Wie is ZIO?

ZIO (Zorg in Ontwikkeling) is een vernieuwende zorgorganisatie die samenwerking bevordert tussen de diverse zorgaanbieders bij de behandeling van (chronische) aandoeningen. ZIO streeft naar duurzame zorg. Dat is zorg die voor iedereen betaalbaar, toegankelijk, van kwalitatief hoog niveau en veilig is.

De huisartsen, fysiotherapeuten en diëtisten in de regio Maastricht-Heuvelland worden door ZIO ondersteund bij hun praktijkvoering

ZIO • Zorg In Ontwikkeling

Wilhelminasingel 81

6221 BG Maastricht

T 043 350 69 10

E info@zio.nl

I www.zio.nl



Uw afspraak met uw zorgverlener

U heeft een afspraak met een zorgverlener. Deze gaat met u in gesprek over uw gezondheidsbeleving. U bespreekt welke klachten u belemmeren in uw dagelijks leven. Samen gaat u op zoek naar oplossingen, die bij u passen.

Waar gaat u het met uw zorgverlener over hebben?

Om een beter beeld van uw klachten te krijgen, gaat u samen met uw zorgverlener de volgende zes onderwerpen bespreken:

 **Lichaamsfuncties:** hoe gaat het met uw lichaam? Voelt u zich fit, heeft u pijn of slaapt u slecht?

 **Mentaal welbevinden:** Zit u lekker in uw vel? Kunt u zaken goed onthouden? Bent u blij, bang, boos of verdrietig?

 **Zingeving:** Heeft u levenslust? Heeft u zin in de dag? Heeft u zinvolle bezigheden en vertrouwen in de toekomst?

 **Kwaliteit van leven:** Kunt u genieten? Bent u tevreden met uw leven?

 **Meedoen en erbij horen:** Heeft u genoeg mensen om op terug te vallen? Heeft u het gevoel er bij te horen? Voelt u zich vaak eenzaam?

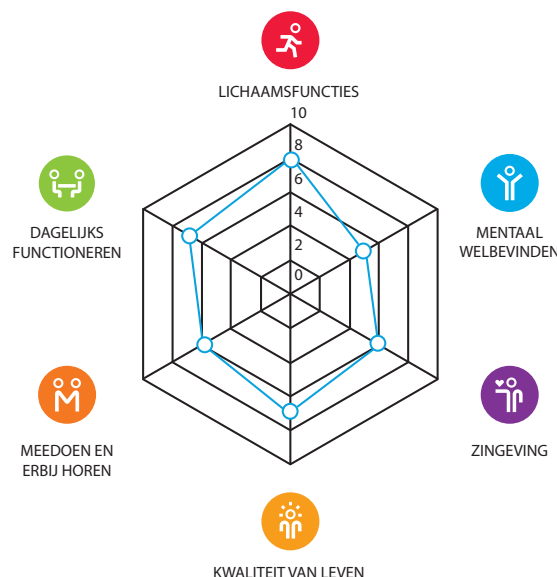
 **Dagelijks functioneren:** Kunt u voor uzelf en uw huishouden zorgen? Kunt u rondkomen? Begrijpt u de informatie die u krijgt van de diverse instanties?

Ter voorbereiding

Deze zes onderwerpen ziet u op de achterzijde van deze folder nog eens in een plaatje, het zogenaamde spinnenweb. U kunt het spinnenweb al invullen.

Dat werkt eenvoudig. U geeft per onderwerp aan welk cijfer u dat zou geven. Een cijfer ligt dus tussen nul (0 = heel slecht) en tien (10 = heel goed).

Ingevuld kan het er dan zo uit zien:



Uw veranderwens

Misschien heeft u al nagedacht over wat u wilt veranderen. Dat hoeft niet perse iets te zijn waarop u laag scoort in het spinnenweb. Denk bijvoorbeeld aan wat u zelf heel belangrijk vindt of wat u kunt veranderen. Om u te helpen stellen we u enkele vragen:

1. Wat staat u op dit moment het meest in de weg om goed te kunnen functioneren?

.....
.....
.....
.....

2. Wat zou u graag willen veranderen? Hoe zou uw leven er dan uitzien?

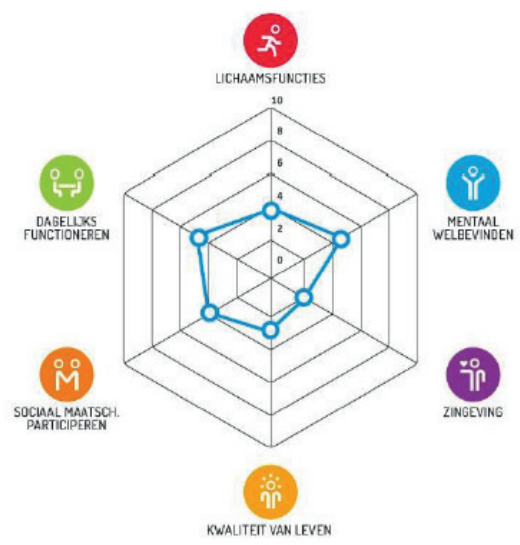
Ik.....
.....
.....
.....

Mocht u moeite hebben het spinnenweb of uw veranderwens in te vullen, dan kunt u dit later samen met uw zorgverlener doen.

Elektronisch Patiëntendossier

Om een kwalitatief goede behandeling te borgen, worden uw gegevens op een correcte en zorgvuldige manier in een digitaal patiëntendossier geregistreerd. Al uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. Alleen mensen die daartoe bevoegd zijn mogen bepaalde gegevens opvragen en/of inzien.

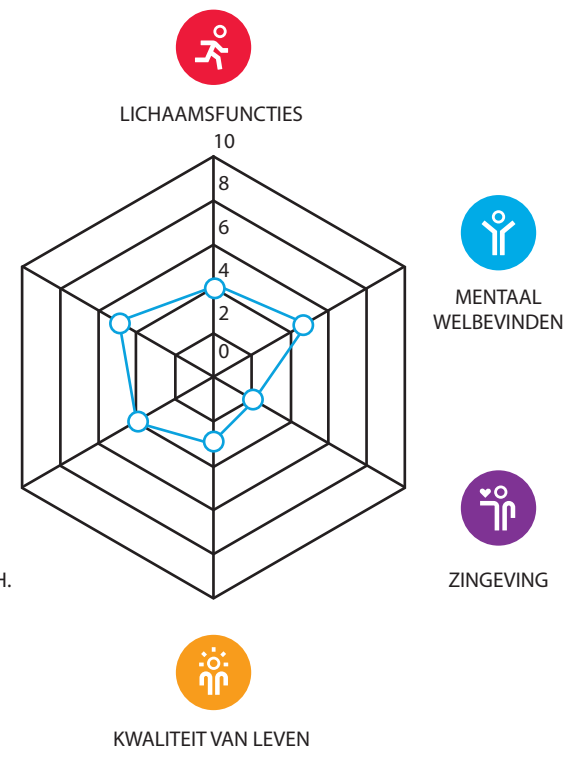
Voor inzage door andere hulpverleners dient u toestemming te geven. De gegevens in het patiëntendossier kunnen gebruikt worden voor onderzoeksdoeleinden, dit gebeurt anoniem (zonder naam).



DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



SOCIAAL MAATSCH.
PARTICIPEREN



MENTAAL
WELBEVINDEN



ZINGEVING



KWALITEIT VAN LEVEN