

## Team

**Coördinator – t 014 24 60 94**

Lise Boddaert

[obesitaskliniek@azherentals.be](mailto:obesitaskliniek@azherentals.be)

## Artsen

Revalidatiearts: dr. B. Bogaert

Cardioloog: dr. A. Voet

Endocrinoloog: dr. D. Lee, dr. T. Maes, dr. B. Vets

**Kinesitherapie – t 014 24 64 52**

Sam Dewit

**Diëtiste – t 014 24 65 80**

Lore Verrezen

**Psycholoog – t 014 24 63 76**

Tamara Verbraeken

## Praktisch

Aanmeldingen bij:

**Coördinator – t 014 24 60 94**

Lise Boddaert

[obesitaskliniek@azherentals.be](mailto:obesitaskliniek@azherentals.be)



**Obesitasrevalidatie  
niet-chirurgie**



## Inleiding en doel

Uit onderzoek blijkt dat een multidisciplinaire begeleiding de meest gewenste resultaten voor een vermagering op lange termijn heeft. Het doel is het verminderen van de medische gevolgen en complicaties van obesitas door een gezonder gewicht na te streven. We beogen een totale gedrags- en mentaliteitsverandering op vlak van gezonder eten, meer bewegen, een positiever lichaamsbesef. Het programma bestaat daarom uit bewegingstherapie, voedingstherapie, gedragstherapie en/of psychologische ondersteuning.

## Programma

Het multidisciplinaire programma dat wordt aangeboden bestaat uit een intake en een revalidatietraject.

We starten met een groep van 8 à 10 personen en doorlopen met deze vaste groep het ganse traject.

### Intake

De coördinator helpt u bij het maken van afspraken voor een consult bij

- Diëtiste
- Psycholoog
- Endocrinoloog
- Arts fysische geneeskunde
- Fietsproef bij cardioloog

**Op basis van deze intakes wordt er beslist of u al dan niet in aanmerking komt voor dit programma.**

## Revalidatie traject (18 weken)

Gedurende 18 weken neemt u deel aan een multidisciplinair traject. Tweemaal per week volgt u een aangepast bewegingsprogramma (ruim 1 uur).

Dertien keer wordt deze bewegingssessie gekoppeld aan een educatieve sessie bij de diëtiste en/of psycholoog (1 uur).

Tijdens de interactieve groepsessies wordt de basis gelegd voor succes op lange termijn. Er wordt gewerkt rond zelfbeeld, gedragsverandering, mindful eten, emotioneel eten, omgaan met de verleidingen in onze maatschappij, e.d. Maar ook heel praktische dingen, zoals gezond koken, etiketten interpreteren, winkeloefening en recepturen leren aanpassen komen aan bod. Er wordt steeds ruimte voorzien om vragen te stellen en ervaringen te delen.

## Planning

Het traject start 2 maal per jaar: in februari en in september. Als de groep volgeboekt is kan u zich inschrijven op de wachtlijst.

De fysiotherapie vindt steeds plaats op maandag- en vrijdag om 18.15 uur.

De groepsessies (13 maal in totaal) met diëtist en/of psycholoog worden gepland op maandag om 17 uur.

## Wie komt in aanmerking

We richten ons met dit programma vooral op patiënten met een BMI tussen 28-40. U moet voldoende gemotiveerd en bereid zijn om het ganse traject te doorlopen.

## Terugbetaling

Als u zich kandidaat stelt voor dit programma, dan moet u zich voor het ganse traject engageren.

Voor de intake en evaluatie gelden de prijzen van consultaties.

Voor het multidisciplinaire traject wordt een vaste kost aangerekend voor de educatieve sessies bij psycholoog en diëtist, ongeacht uw aanwezigheid. Hiervoor wordt bij aanvang van het traject 248 euro aangerekend. De sessies fysiotherapie worden per reeks aangerekend.

Voor de consultaties en fysiotherapie gelden de normale terugbetalingstarieven van uw mutualiteit. Verschillende mutualiteiten voorzien bovendien een extra tussenkomst bij het volledig afwerken van dit multidisciplinaire programma. Voor meer informatie kunt u terecht bij uw ziekenfonds of bij de coördinator.