Ваші фахівці

Ter Aar: Krista van Kempen, Marcia Backer і Nika Spruit. Boskoop: Daphne Vergeer. Питання: leefstijl@fysiotopfit.nl.

Практична інформація

Обговоріть направлення з лікарем. Договори GLI оформлюються через ZoHealthy, тому Fysio Topfit може не відображатися окремо в каталозі GLI страховика. Завчасно перевірте відповідність і запис.

Вартість і страхування

Схвалена комплексна програма зміни способу життя (GLI) за належних показань і направлення оплачується базовим страхуванням за встановлених умов, без обов'язкової франшизи чи особистого внеску за саму GLI. Спорт і фітнес не входять до цього покриття. Перевірте відповідність критеріям та чинні договірні умови заздалегідь.

Наші філії

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Загальні питання
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(лише повідомлення, без дзвінків)

Скануйте код для перегляду годин роботи

Завантажте наші застосунки

Fysio Topfit

Download on the App Store

Topfit met Toppie

GET IT ON Google Play

Безкоштовно для iPhone та Android.

Консультування зі способу життя (GLI)

у Fysio Topfit

Дворічна програма CooL підтримує реалістичні зміни руху, харчування, сну й розслаблення. Разом із консультантом обираєте цілі для свого життя.

Запишіться на прийом

Відскануйте QR-код або зателефонуйте: 085-0514000. Скажіть, щодо якого лікування звертаєтеся.

Докладніше: www.fysiotopfit.nl

Версія 1.1 – листопад 2026

Для кого CooL?

CooL означає Coaching op Leefstijl і є комплексною програмою зміни способу життя (GLI). Вона призначена дорослим із підвищеним ризиком для здоров’я через вагу.

Сімейний лікар оцінює критерії за ІМТ, окружністю талії, супутніми хворобами й ситуацією. Потрібне направлення. Обговоріть мову, підтримку та обставини, що допоможуть участі.



Два роки підтримки

Початкова розмова близько години присвячена звичкам, побажанням і перешкодам. Перші вісім місяців — практичні кроки, наступні шістнадцять — підтримка збереження змін.

Групові й особисті зустрічі охоплюють рух, режим їжі, сон, стрес, планування, мотивацію та повернення старих звичок. Не треба змінювати все відразу. Спортивні заняття не є частиною GLI.

Ваші цілі

Мета — користь для здоров’я та сталі звички, а не гарантована втрата певної кількості кілограмів. Регулярно обговорюємо успіхи й потрібну підтримку.

Консультант за потреби співпрацює з лікарем, дієтологом та іншими. Фітнес доступний окремо у Ter Aar і Boskoop. Запитайте про GLI-абонемент і ціну; спорт поза покриттям GLI.

Перед прийомом

Візьміть документ, що посвідчує особу, дані страхування, а також направлення й результати обстежень, якщо вони є. Одягніть зручний одяг. Завчасно повідомте, якщо потрібна мовна допомога або підтримка у спілкуванні.