

### WAT SPEELT ER IN JE LEVEN?

School / kinderopvang

Studeren

Werken (betaald of onbetaald)

Minder werken / arbeidsongeschiktheid

Pensioen

Op jezelf gaan wonen

Wonen en verhuizen

Kinderwens (erfelijkheid)

Zwangerschap en bevallen

Menopauze

Ouder worden

Sociale contacten

Veranderde zorgbehoefte

Vragen om hulp

Contact en omgang met zorgverleners

Toegang tot en regelen van zorg

### KWALITEIT VAN LEVEN

#### PIJN

Pijnmedicatie

#### VERMOEIDHEID

Weinig energie

Balans

Slapen

#### GEVOELENS EN EMOTIES

Blij zijn/positieve gedachtes

Angsten

Onzekerheid

Frustratie

Boosheid

Verdriet & Verlies

Schuldgevoelens

Eenzaamheid/isolatie

Stress

Acceptatie

#### MEEDOEN

Discriminatie/pesten

Onafhankelijk zijn

Zingeving

Toekomstperspectief

#### SOCIALE CONTACTEN

Vriendschappen

Gezin en familie

Relaties

Kennissen

Familie met OI

### MIJN LICHAAM

DNA diagnose

#### GROEI EN GEWICHT

#### BOTDICHTHEID

Medicijnen voor botkwaliteit

Andere (bot)medicatie

#### HYPERMOBILITEIT

#### WERVELKOLOM

Bekken

#### BEENLENGTE

Vorm van de botten

Gehoor

Ogen

Gebit

Hart en vaten

Ademhaling

Andere aandoeningen of ziektes

### MEDISCHE GEBEURTENISSEN\*

\*SINDS VORIGE BEZOEK EXPERTISE CENTRA

#### BREUKEN

Genezen van breuken

#### OPERATIES

Andere ingrepen

Revalidatie

Fysiotherapie

Ergotherapie

Psycho-sociale ondersteuning

### ACTIEF LEVEN

#### VOOR JEZELF ZORGEN

- Persoonlijke verzorging
- Huishouding
- Eten en drinken
- Zorgen voor anderen

#### Bewegen

#### BEWEGING ARMEN

#### BEWEGING BENEN

- Spiërkracht
- Fitheid en sport
- Lifestyle / Gezond leven
- Intimiteit en seksualiteit
- Vrije tijd
- Vervoer
- Hulpmiddelen
- Problemen met de huidige voorzieningen
- Boodschappen
- Reizen en vakanties



### OVERIGE ONDERWERPEN

Ik zou het ook graag willen hebben over ..... (zelf invullen)

### VOLGENDE STAP

#### BEZOEK EXPERTISE CENTRUM

Bereid je goed voor op je aankomende bezoek aan het expertise centrum. Deze gespreksgids helpt je om niets te vergeten. Als je wilt, kun je het ingevuld meenemen naar je afspraak. Bedenk van te voren wat het belangrijkste is voor jou om te bespreken en hulp bij te krijgen. Kijk op de website van de VOI [www.oivereniging.nl](http://www.oivereniging.nl) voor meer tips en ondersteuning.

#### SAMEN BESLISSEN

In de spreekkamer voeg je alle informatie samen en maak je een afspraak hoe je samen op koers gaat voor de best mogelijke kwaliteit van jouw leven.

### SAMEN OP KOERS

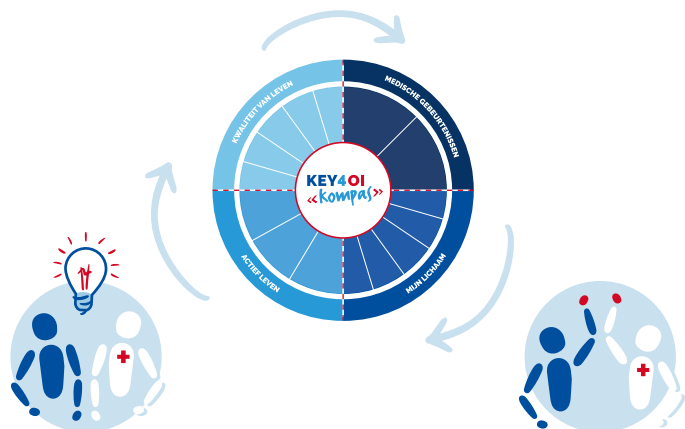
Jouw input



Medisch onderzoek



SAMEN BESLISSEN



SAMEN LEREN

SAMEN DOEN

NEEM MEE  
GESPREKSGIDS  
digitaal of geprint