

Presentatie KDOO ledendag 20 maart 2023

One day you will
tell your story of how
you overcame what you
went through and it will
be someone else's
survival guide.

- Brene Brown

- Introductie
- Op weg naar bariatric
- Traject
- Post-bariatrisch leven
- Diëtist
- 1739
- Top tip min

Introductie

Op weg naar bariatric



KDOO Ledendag 20 maart 2023

Traject



Post-bariatrisch leven

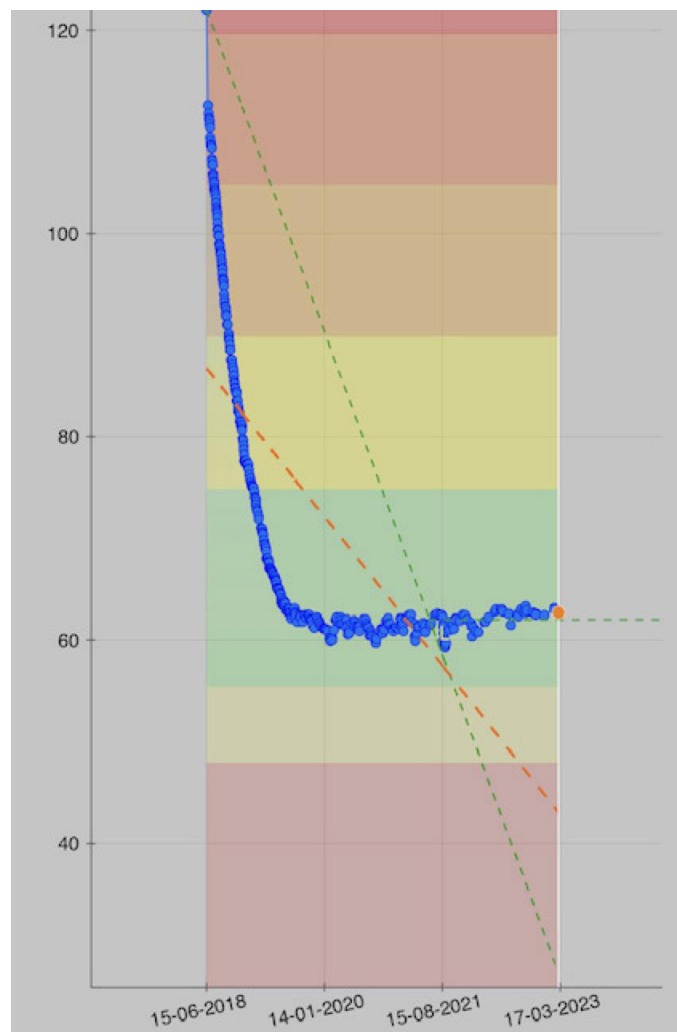


Deel 1



2018-heden

My Weight App



Deel 2



Diëtist



1739



Tip top min



ALS JE DOET

WAT JE ALTIJD DEED

KRIJG JE

WAT JE ALTIJD KREEG



Min

bariatrie klassiekers

- dumping, hartkloppingen, bijna out gaan
- darmen en spijsvertering
- onvoorspelbare factor in dagelijks leven
- Hamster in het brein zit er nog steeds
- eenzaamheid
- huidoverschot
- angst om in gewicht aan te komen

Tip

- minder conservatief voedingsadvies bij GBP
- gebruik van probiotica en enzymen
- Alles eten is niet altijd beste keuze is voor lichaam en geest
- Niet alles willen en mogen, grenzen zijn heel geruststellend
- Het zesde eetmoment niet iedere avond een borrelplank kan zijn
- Dagelijks wegen ook een opsteker is, mits je de waarde er van goed begrijpt
- Talent voor lijnen heeft goede kanten, die nog steeds ingezet kunnen worden in de nieuwe leefstijl

Top



KDOO Ledendag 20 maart 2023



“Which is more important,” asked Big Panda,
“the journey or the destination?”

“The company.” said Tiny Dragon.

Zijn er nog vragen?