

CONTACTGEGEVENS BEWEEGCOACH BRUSSEL

JOUW COACH

Hallo, ik ben Thomas, bewegcoach voor de stad Brussel en de gemeentes Laken, Neder-over-Heembeek en Haren. Samen met jou ga ik op zoek naar eenvoudige en laagdrempelige beweegactiviteiten in jouw buurt. Je kunt bij mij op afspraak komen wanneer je via je huisarts een verwijsbrief hebt ontvangen. Wil je extra info, spreek dan je huisarts aan.



MAAK EEN AFSPRAAK

	Bel of sms 'bewegen' 0484/58.50.28		Locatie 2 (open voor alle inwoners) Maison Médicale Enseignement Onderrichtstraat 54, 1000 Brussel
	brussel@bewegenopverwijzing.be		Locatie 3 (open voor alle inwoners) Gemeenschapscentrum Nekkersdal Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken
	Locatie 1 (open voor alle inwoners) De Buurtwinkel Anneessensplein 13, 1000 Brussel		Locatie 4 (enkel bij voldoende vraag) Lokaal Dienstencentrum Ado Icarus Peter Benoitplein 22, 1120 Neder-over-Heembeek

CONSULTATIE-UREN BEWEEGCOACH

Maandag: Consultaties De Buurtwinkel (9u – 12u)
Woensdag: Consultaties De Buurtwinkel (9u – 12u) en Maison Médicale Enseignement (14u – 17u), LDC Ado Icarus (9u – 17u) enkel bij voldoende vraag
Vrijdag: Consultaties Gemeenschapscentrum Nekkersdal (9u – 12u30) en Maison Médicale Enseignement (15u – 18u), LDC Ado Icarus (9u – 17u) enkel bij voldoende vraag

WAT KOST HET ?

Prijzen per 15 minuten	Individueel	In groep
Geen verhoogde tegemoetkoming	€ 5	€ 1
Verhoogde tegemoetkoming	€ 1	€ 0,5

HOE WERKT BEWEGEN OP VERWIJZING ?

						
De huisarts geeft de patiënt een verwijsbrief mee.	De patiënt belt de bewegcoach voor een afspraak of stuurt een sms 'BEWEGEN'	De bewegcoach stelt samen met de patiënt een beweegplan op maat op.	De patiënt probeert het beweegplan.	Patiënt en bewegcoach evalueren het beweegplan en de persoonlijke vorderingen.	Je blijft zelf zelfstandig bewegen.	De huisarts volgt de patiënt verder op.