

## Eet- en beweegdagboek: week 3

.....dag datum: .....-.....-..... Uw gewicht: .....kg

	Wat en hoeveel	Vocht	Bijzonderheden	Klachten
<b>Ontbijt</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Lunch</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Avond maaltijd</b>				
<i>Tussendoor</i>				

Heeft u vandaag bewogen?

**Ja/ Nee**

Zo Ja, op welke manier? .....

Hoeveel minuten heeft u bewogen?.....

Hoeveel moeite heeft deze inspanning u gekost \*? 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10

.....dag datum: .....-.....-..... Uw gewicht: .....kg

	Wat en hoeveel	Vocht	Bijzonderheden	Klachten
<b>Ontbijt</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Lunch</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Avond maaltijd</b>				
<i>Tussendoor</i>				

Heeft u vandaag bewogen?

**Ja/ Nee**

Zo Ja, op welke manier?.....

Hoeveel minuten heeft u bewogen?.....

Hoeveel moeite heeft deze inspanning u gekost \*? 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10

# Patiënteninformatie

.....dag datum: .....-.....-..... Uw gewicht: .....kg

	Wat en hoeveel	Vocht	Bijzonderheden	Klachten
<b>Ontbijt</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Lunch</b>				
<i>Tussendoor</i>				
<b>Avond maaltijd</b>				
<i>Tussendoor</i>				

Heeft u vandaag bewogen?

**Ja/ Nee**

Zo Ja, op welke manier?.....

Hoeveel minuten heeft u bewogen?.....

Hoeveel moeite heeft deze inspanning u gekost \*? 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10

*\* Geef doormiddel van een cijfer aan hoe erg vermoeid u was. "0" = niet vermoeid "10" = zeer vermoeid*

*Odin 036685 / uitgave november 2015*

Bezoekadres  
P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht

Postadres  
Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer  
043-387 65 43  
www.mumc.nl