

# Voeding en Dieet

# Inhoudsopgave

<b>Inleiding</b>	<b>3</b>	<b>Leveringsvoorwaarden</b>	<b>7</b>
<b>Voedingsadvies</b>	<b>4</b>	<b>Klachten</b>	<b>7</b>
<b>Spreekuur</b>	<b>5</b>	<b>Icare Cliëntenraad</b>	<b>7</b>
<b>Huisbezoek of telefonisch consult</b>	<b>5</b>	<b>Informatie</b>	<b>7</b>
<b>Happy Weight</b>	<b>5</b>	<b>Profiteer van een lidmaatschap van Icare Ledenvereniging</b>	<b>7</b>
<b>Cursussen en bijeenkomsten</b>	<b>6</b>		
<b>Kosten</b>	<b>6</b>		
<b>Afspraak maken, wijzigen of afzeggen</b>	<b>6</b>		

# Icare Voeding en Dieet

**Wilt u gezonder gaan eten? Of meer weten over lekker eten zonder vlees? Bent u zwanger en wilt u weten wat goed is om te eten? Heeft uw kind een voedselallergie? Moet u een dieet volgen vanwege overgewicht, diabetes of een hoog cholesterol? Heeft u behoefte aan voedingsadvies bij sport? Dan kunt u terecht bij de diëtisten van Icare Voeding en Dieet. Deze specialisten geven u altijd een individueel advies 'op maat' en houden uiteraard rekening met uw persoonlijke wensen en mogelijkheden.**

Soms heeft u een speciaal dieet nodig. Bijvoorbeeld bij ziekte en gezondheidsproblemen zoals diabetes (suikerziekte), hart- en vaatziekten of een verhoogd cholesterolgehalte. Ook maag- en darmklachten, voedselallergieën, topsport of overgewicht vereisen speciale voeding. De diëtisten van Icare stellen samen met u een dieetadvies op. Het advies biedt ruimte voor variatie en is afgestemd op uw wensen, leefomstandigheden en budget. Ook als u al jaren hetzelfde dieet volgt, is het zinvol om dit regel-



matig samen met de diëtist kritisch door te nemen. Zij kan u informeren over nieuwe ontwikkelingen en mogelijke aanpassingen van het dieet. Daarnaast kan de diëtist u informeren over het gebruik van voedingsmiddelen waarmee u bepaalde klachten kunt voorkomen. Wilt u afvallen, dan helpt de diëtist bij het aanpassen van uw voedingsgewoonten.

## Voedingsadvies

---

Ook zonder gezondheidsproblemen kunt u voedingsadvies vragen aan de diëtist. Een dergelijk advies gaat bijvoorbeeld over gezond eten in het algemeen of bij sport of over verantwoord vegetarisch eten. Bel voor meer informatie met Icare Zorgcentrale.

### De diëtist van Icare adviseert u over:

- voeding bij hart- en vaatziekten
- voeding bij diabetes
- voeding bij hoge bloeddruk
- voeding bij maag- en darmklachten
- voeding bij allergieën
- voeding bij overgewicht
- voeding bij ondergewicht
- voeding na een operatie of bestraling
- voeding bij kanker
- sondevoeding thuis
- voeding voor kinderen
- voeding voor zwangeren
- voeding voor volwassenen
- voeding voor ouderen
- voeding bij sport



## Spreekuur

---

Wanneer u het spreekuur van de diëtist wilt bezoeken, maakt u een afspraak via het afsprakenbureau van Icare. U ontvangt een schriftelijke bevestiging, waarin onder meer de spreekuurlocatie, de tijd van de afspraak en de naam van de diëtist staan vermeld. Ook krijgt u een intakeformulier dat u bij de eerste afspraak ingevuld mee moet nemen. Wanneer u voor het eerst een bezoek brengt aan het spreekuur, vraagt de diëtist naar uw leefgewoonten en voedingspatroon. U bespreekt met haar uw klachten en zij vertelt wat u daaraan kunt doen met behulp van voeding. Uiteraard geeft zij aan welke begeleiding voor u het meest geschikt is. Daarnaast geeft de diëtist informatie. Bijvoorbeeld over de voedingsmiddelen die u nodig heeft om gezond te blijven, ook als u op dieet bent. Natuurlijk heeft de diëtist aandacht voor al uw vragen.

## Huisbezoek of telefonisch consult

---

Bent u niet in staat om het spreekuur te bezoeken, dan kunt u het afsprakenbureau bellen voor een telefonische consult met de diëtist. In sommige gevallen kan de diëtist bij u thuis komen. Dit kan alleen wanneer u om medische redenen niet in staat bent om naar onze spreekuren te komen.

## Happy Weight

---

Happy Weight is een stap voor stap programma dat u leert om gezond te eten en te leven. Vijftien weken volgt u naar keuze het programma schriftelijk of via internet. Happy Weight is ook te volgen met persoonlijke begeleiding van de diëtist. Vraag er naar tijdens uw bezoek aan de diëtist. Meer informatie kunt u vinden op [www.happyweight.nl](http://www.happyweight.nl)



## Cursussen en bijeenkomsten

---

Icare-diëtisten verzorgen regelmatig cursussen, bijvoorbeeld over afvallen, eetproblemen, cholesterol en diabetes. Tijdens een cursus komt u in contact met 'lotgenoten'. U kunt ervaringen uitwisselen en ideeën opdoen. U kunt een diëtist ook uitnodigen voor een eenmalige themabijeenkomst over elk gewenst onderwerp dat met voeding te maken heeft. Voor deelname aan cursussen en themabijeenkomsten vraagt Icare een vergoeding. Het totale cursusaanbod van Icare is te vinden op [www.icare.nl/cursussen](http://www.icare.nl/cursussen). Voor meer informatie en aanmelding kunt u terecht bij Icare Zorgcentrale op 0900 88 33 (€ 0,10 cent per minuut).



## Kosten

---

Met een verwijfsbrief van huisarts of specialist vergoedt de basisverzekering 4 uren voedings- en dieetadvies per kalenderjaar. Dat is genoeg voor ongeveer 5 à 6 consulten, plus alle voorbereiding en het verwerken van alle gegevens en het opstellen van persoonlijke adviezen voor u. Afhankelijk van uw ziektekostenverzekering ontvangt u wellicht extra vergoeding. Bekijk hiervoor de polisvoorwaarden of neem contact op met uw verzekeraar. Icare kan de facturen meestal rechtstreeks naar uw ziektekostenverzekeraar sturen, zodat u hier zelf geen omkijken naar heeft. Houdt u er wel rekening mee dat deze zorg meetelt voor het eigen risico. Zonder verwijzing van een arts moet u de kosten zelf betalen. U ontvangt hiervoor een factuur.

## Afspraak maken, wijzigen of afzeggen

---

Afspraken met de diëtist maakt u via het afsprakenbureau van Icare. Voor het wijzigen of afzeggen van een afspraak dient u tenminste 24 uur van tevoren contact op te nemen. Het afsprakenbureau is op werkdagen te bereiken via telefoon (0522) 27 93 40, tussen 08.30 en 16.00 uur. Bel buiten deze uren Icare Zorgcentrale op 0900 88 33 (€ 0,10 cent per minuut). Wanneer u niet komt opdagen op een afspraak, is Icare genoodzaakt de spreektijd wel in rekening te brengen. Hiervoor ontvangt u zelf de factuur. Uw verzekeraar vergoedt dit niet.

## Leveringsvoorwaarden

---

De diëtist van Icare houdt zich aan de afspraken van de Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD) en de Nederlandse Patiënten/Consumenten Federatie. Deze afspraken zijn vastgelegd in de modelregeling diëtist-patiënt. Hierin staat onder andere dat uw privacy wordt gerespecteerd. De modelregeling kunt u opvragen via Icare Zorgcentrale 0900 88 33 (€ 0,10 cent per minuut).

## Klachten

---

Bent u niet tevreden over onze dienstverlening en helpt een gesprek met de betreffende medewerker hierover niet, dan kunt u een beroep doen op onze klachtenregeling. Een informatiefolder over de klachtenregeling van Icare kunt u aanvragen via Icare Zorgcentrale.

## Icare Cliëntenraad

---

Icare Cliëntenraad behartigt de belangen van alle klanten van Icare. Deze adviseert de Raad van Bestuur en doet voorstellen om de zorgverlening te verbeteren. Via de cliëntenraad hebben de klanten medezeggenschap in het beleid van de organisatie. Het huidige en toekomstige belang van onze klanten staat altijd voorop. Daarom stimuleert de cliëntenraad een uitstekende afstemming van de zorg- en dienstverlening van Icare op de vraag van de klanten. Icare Voeding en Dieet evalueert schriftelijk de de klanttevredenheid t.a.v. zorg bij afronding van de behandeling/begeleiding door de diëtist.

## Informatie

---

Voor informatie over Icare Voeding en Dieet kunt u contact opnemen met Icare Zorgcentrale. Uw vragen worden zoveel mogelijk direct beantwoordt. Lukt dat niet, dan wordt u zo spoedig mogelijk terug gebeld. Icare Zorgcentrale is bereikbaar op **0900 88 33**, 24 uur per dag, 7 dagen in de week, 10 cent per minuut. U kunt uw vragen ook per mail stellen via [voeding@icare.nl](mailto:voeding@icare.nl).

## Profiteer van een lidmaatschap van Icare Ledenvereniging

---

Speciaal voor leden heeft Icare Ledenvereniging het ZorgPluspakket. Een zorgvuldig samengesteld pakket van zorg- en comfortdiensten die het wonen voor u veraangename. Leden ontvangen onder meer korting op diverse cursussen en producten uit de Icare Leefwinkel.. Als lid ontvangt u ook het ledenmagazine ZorgPlus. Lid worden kan via Icare Ledenvereniging, telefoon **0900 41 42 434** (€ 0,10 cent per minuut) of via [www.icare.nl](http://www.icare.nl).

## **Stichting Icare**

Postbus 900

7940 KE Meppel

[www.icare.nl](http://www.icare.nl)

teksttelefoon (0522) 27 98 99

**0900 88 33**

24 uur per dag / 10 cent per minuut