



**campus Knokke-Heist**  
Graaf Jansdijk 162  
8300 Knokke-Heist  
T +32 (0)50 63 31 11  
F +32 (0)50 63 35 19  
www.azzeno.be

**campus Blankenberge**  
Dr. F. Verhaeghestraat 1  
8370 Blankenberge  
T +32 (0)50 43 41 11  
F +32 (0)50 43 45 19  
www.azzeno.be

# MCG

medisch multidisciplinair centrum  
voor gewichtscntrole



A50002436/v1.1.10



# MCG

## Zou u ook graag wat minder willen wegen?

De combinatie van evenwichtige voeding, voldoende bewegen en een positieve ingesteldheid is de meest efficiënte manier om dat doel te bereiken. Het is niet gemakkelijk om uw gewoontes te veranderen en dit vol te houden maar wij kunnen u wel een heel eind op weg helpen.

Het MCG biedt u een totaalprogramma aan onder deskundige begeleiding van een multidisciplinair team, bestaande uit

- Arts/ specialist;
- Kinesist;
- Diëtist;
- Psycholoog;
- Medisch secretaresse.

Naast gewicht verliezen verlaagt u eveneens het risico op stress, diabetes, cardiovasculaire aandoeningen, ... en zal u zich opnieuw fitter voelen.

### Programma

Het programma duurt 5 maanden en bestaat uit:

- consultatie bij en opvolging door een arts;
- 43 bewegingssessie onder begeleiding van een kinesist (elke dinsdag- en donderdagavond);
- 5 individuele consultaties bij een diëtist (dinsdag)
- 3 individuele consultaties bij een psycholoog (dinsdag)
- minstens 1 concrete informatiesessie over gezonde voeding;
- 3 fietsproeven (bij gebruik van beta-blokkers wordt de fietsproef bij de cardioloog gedaan).

### Waar en wanneer

Het MCG centrum bevindt zich in het revalidatiecentrum van de campus Knokke-Heist. Alle consultaties en beweegsessies gaan door op de campus Knokke-Heist.

*Het MCG biedt u een totaalprogramma aan om een gezond gewicht te bereiken en te behouden.*

### Interesse

Neem vrijblijvend contact op met het secretariaat revalidatie. U kunt dit telefonisch doen (T +32 (0)50 63 39 30) of via mail ([secretariaat.revalidatie@azzeno.be](mailto:secretariaat.revalidatie@azzeno.be)).

U kunt ook steeds langskomen tijdens de openingsuren, elke werkdag van

- 08.30u. tot 12.00u.
- 13.30u. tot 17.00u.

Het secretariaat revalidatie bevindt zich op het gelijkvloers.

### Kostprijs

Afhankelijk van uw mutualiteit wordt het basisprogramma voor de helft of meer terugbetaald. Voor concrete informatie hieromtrent kunt u terecht bij het secretariaat revalidatie.