

		supplementen-advies.nl		
naam				
email				
geboortedatum				
beroep				
mobiel				
gebruikt u nu supplementen ? + welke				
heeft u klachten?	kort- welke			
ben u energiek?moe ?				
onvruchtbaar ?				
ben u emotioneel?/ huilt u veel ?				
mannen: plasproblemen	vrouwen: overgang			
gebruikt u verse vis/ vette vis?				
eet u fruit/groente , hoeveel ?				
eet u vlees en hoeveel?	EIWITTEN			
drinkt u alcohol, rookt u, drugs?	verleden ??			
moet u s nachts veel plassen?				
slaapt u goed?	(door, onderbroken, vroeg)			
gebruikt u medicijnen?	welke			
heeft u recent bloed laten prikken?				
allergisch voor iets ?		eczeem ?		
beweegt u regelmatig ?	hoeveel			
drinkt u weinig, veel, normaal ?	water			
gebruikt u melkproducten?	welke			
normale dagelijkse ontlasting?				
trauma, angstig, boos??				
LEEFSTIJL				
eetpatroon	drinken	bewegen		
noteer ontbijt, lunch , avond	wat	hoeveel wandelen en sport		
	hoeveel			

