

fysiotherapie
de
schipbeek

Ria Schröder-Lansink
Erik Veneklaas | Wout Hemmer

Openingstijden praktijk

Maandag	8.00-21.00 uur
Dinsdag	8.00-19.30 uur
Woensdag	8.00-18.00 uur
Donderdag	8.00-21.00 uur
Vrijdag	8.00-18.00 uur

Kieftsbeeklaan 1 | 7607 TA Almelo
T 0546 - 814684 | E info@deschipbeekfysio.nl

www.deschipbeekfysio.nl

Licentiehouder Benefit Beweegprogramma's



ondersteuning bij heup-, knie- of enkelklachten

leef weer zoals je wilt

U heeft last van uw heup, knie of enkel en ondervindt daarvan mogelijk hinder tijdens uw dagelijks functioneren. Maar hoe kunt u op een gezonde manier bewegen zonder dat uw klachten verergeren?

Benefit Bewegprogramma's kunnen u daarbij prima ondersteunen. Wij bieden u een programma dat optimaal gebruik maakt van uw vermogen om te herstellen. Het programma is niet gericht op tijdelijke klachtenverlichting, maar op duurzame verbetering en herstel. Samen met u bepalen we uw doelen, zodat u na afloop van het programma weer kunt leven zoals u wilt. Dat is de belofte die de Schipbeek fysiotherapie en Benefit doen en met uw inzet ook waarmaken: leef zoals je wilt!

Hoe werken we?

Als u besluit een Benefit Bewegprogramma te gaan volgen, wordt u uitgebreid onderzocht, waarbij uw fysiotherapeut onder andere kijkt hoe uw spieren en gewrichten functioneren. Ook stellen we gezamenlijk vast wat u met het programma wilt bereiken. Op basis daarvan stellen we duidelijke doelen en maken we een haalbaar stappenplan. Tijdens trainingen leert u hoe u met het stappenplan moet werken en ook hoe u daar thuis mee om kunt gaan.

U traint in een kleine groep van maximaal 5 personen, waarbij u van elkaars ervaringen kunt leren. Omdat geen mens hetzelfde is, heeft het programma een sterk individueel karakter. Uw eigen vermogen om uw klachten de baas te worden, is de kern van het gehele Bewegprogramma.

Wij vragen veel van u, maar u staat er niet alleen voor: wij ondersteunen u krachtig!

Hoe ziet het Bewegprogramma eruit?

In het Bewegprogramma leert u hoe u uw knie, heup of enkel weer goed kunt gebruiken, omdat u stapsgewijs de kwaliteit van uw spieren en gewrichten verbetert. We werken niet alleen aan activiteiten als staan en lopen, maar aan alle activiteiten en handelingen die voor u belangrijk zijn.

Mogelijk kiezen we ervoor om u eerst enkele keren

individueel te behandelen, waarbij wij gebruik maken van fysiotherapeutische behandelmogelijkheden. Ook is het mogelijk dat we u instrueren hoe u enkele "motorische grondvormen van bewegen" beter kunt uitvoeren. Bij het Bewegprogramma maakt u gebruik van een logboek, zodat u gemakkelijk uw vorderingen kunt bijhouden. De duur van het programma is afhankelijk van uw klachten en doelstelling .

Waarom Benefit Bewegprogramma's?

Uit onderzoek blijkt dat de Bewegprogramma's van Benefit werken. Bovendien werken we uitsluitend met hoog gekwalificeerde fysiotherapeuten. We durven u daarom de belofte te doen dat u uw behandeldoel zult halen en weer kunt leven zoals u dat wilt.

Wat zijn de kosten?

Zorgverzekeraars vergoeden de Benefit Bewegprogramma's als u voldoende aanvullend verzekerd bent. Uw fysiotherapeut kan u daarover meer informatie geven.

Wilt u meedoen?

Als u mee wilt doen met onze Bewegprogramma's dan kunt u met ons een afspraak maken of met een andere praktijk die Benefit Bewegprogramma's aanbiedt. Voor deelname is geen verwijzing van uw arts nodig.

De contactgegevens van de gecertificeerde fysiotherapiepraktijken die een Benefit Bewegprogramma mogen geven vindt u op de website www.leefzoalsjewilt.nl. Ook vindt u op de website meer informatie over onze werkwijze en andere Benefit Bewegprogramma's. Bellen voor meer informatie kan natuurlijk ook; het algemene informatienummer is 0546-814684.