

BeweegVeilig – Kanaalzone

Wanneer bij ons terecht?

Heeft u moeite om uw dagelijkse activiteiten uit te voeren? Bent u voorzichtig of angstig om te bewegen? Vermijdt u het doen van dagelijkse activiteiten/hobby's? Of bent u onlangs of in het verleden gevallen? Dan is deze individuele valpreventie-training op maat iets voor u!

Waarom deze valpreventie-training op maat?

Vallen en angst om te vallen of bewegen wordt veroorzaakt door verschillende factoren. We gaan in op de factoren die het risico op vallen verhogen. U krijgt adviezen en training om het risico op vallen te verminderen. Hoe eerder, hoe sneller het risico op vallen afneemt!

Vanuit een samenwerking tussen de Oefentherapeut Cesar-Mensendieck en de Ergotherapeut krijgt u een training op maat aangeboden. Er wordt o.a. gekeken naar factoren als bewegen (mobiliteit, kracht, balans, conditie, e.d.) en het (veilig) uitvoeren van uw dagelijkse activiteiten in uw woon- en leefomgeving. Hierbij hebben de Ergotherapeut en Oefentherapeut ieder hun eigen specialisaties die elkaar aanvullen in het behandelproces. Waar nodig is er ook contact met andere deskundigen zoals huisarts, thuiszorg, e.d.

Hoe ziet de valpreventie-training eruit?

Er wordt gestart met een intake aan huis of in de praktijk. Hierbij worden alle risicofactoren met u doorgenomen en zal er een kort onderzoek plaats vinden. Daarna vindt er een gezamenlijke afspraak plaats tussen beide therapeuten om uw doelen en wensen af te stemmen. Passend bij uw specifieke situatie wordt er een prognose gemaakt van de hoeveelheid en frequentie aan behandelsessies. De behandelsessies vinden vervolgens individueel plaats. Na 6 weken vindt er samen met u een evaluatie plaats, waarvan de voortgang wordt terug gekoppeld aan uw huisarts en waar nodig verwijzend specialist.

Vergoeding vanuit de zorgverzekering.

De behandelsessies worden vergoed vanuit uw basisverzekering (ergotherapie behandeling) en aanvullende verzekering (oefentherapie Cesar). Voor oefentherapie verschilt dit per zorgverzekeraar en type aanvullend pakket.

Na het volgen van de individuele valpreventie-training kunt u als u wilt meer lessen volgen in groepsverband om het geleerde structureel te blijven oefenen. Uiteraard staan we ook na het afronden van de behandelsessies voor u klaar en kunt u terug contact opnemen.

Wilt u meer informatie of wilt u zich aanmelden?

U kunt dan contact opnemen met Mireille Dobbelaar (oefentherapeut Cesar) 06-29062087 of Ergotherapie Terneuzen 0115-622655.