

Oefentherapie Cesar Heiloo...

- werkt volgens de richtlijnen van de beroepsvereniging (VvOCM);
- is ingeschreven in het Kwaliteitsregister Paramedici nr. 99901142294;
- is aangesloten bij de Vereniging voor Oefentherapeuten Cesar en Mensendieck



Meenemen naar uw eerste afspraak

- zorgpas
- geldig identiteitsbewijs
- eventueel uw verwijzing
- relevante medische informatie (bijvoorbeeld de uitslag van foto's)
- badhanddoek

Behandelingen kunnen indien nodig aan huis plaatsvinden.

Oefentherapie Cesar Heiloo



Ingrid Hoefmans
praktijkadres: Stationsweg 15
1851 LH Heiloo
i.hoefmans@cesarheiloo.nl
072-533 05 92 (graag inspreken)



Praktijkfolder

Oefentherapie Cesar

Heiloo

EASYTAPE®
THERAPEUTIC TAPE

sneller herstel
pijnvermindering
eenvoudig toepasbaar



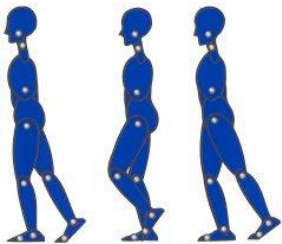
Oefentherapie Cesar

Lichamelijke klachten ontstaan vaak door een onjuiste houding of door een verkeerde manier van bewegen. Een oefentherapeut Cesar geeft inzicht in de reactie van uw lichaam op pijn, (over)belasting en spanningen.

Iedere behandeling start met een onderzoek. Op basis daarvan stelt de Cesar-oefentherapeut een individueel oefenprogramma samen. Zo werken we aan een houdingsverandering waardoor uw klachten verminderen of zelfs verdwijnen.

Het kan hierbij gaan om:

- Lenigheid
- Spierkracht
- Houding
- Ademhaling
- Coördinatie
- Evenwicht
- Ontspanning
- Conditie
- Activiteiten voor het Dagelijks Leven (ADL)



Verwijzing

Bij Oefentherapie Cesar Heiloo kunt u zonder verwijfsbrief terecht. De oefentherapeut voert dan eerst een screening uit. Deze screening bestaat uit een vraaggesprek en een lichamelijk onderzoek. Is uw klacht ongeschikt voor behandeling door de oefentherapeut Cesar, dan verwijzen we u naar uw huisarts.

Voor behandeling bij een chronische aandoening of na een operatie is een verwijfsbrief van uw huisarts, of specialist wel noodzakelijk.

Vergoeding

De aanvullende verzekeringen vergoeden de behandelingen geheel of gedeeltelijk. Kijk hiervoor in uw verzekeringspolis. Voor kinderen tot 18 jaar zijn de behandelingen opgenomen in de basisverzekering. Dit geldt ook voor chronische aandoeningen (genoemd in de zogenaamde lijst Borst) vanaf de 21^e behandeling.

Groepsles

Op vaste tijden zijn er groeplessen voor maximaal vijf personen. Deze lessen zijn bedoeld voor afbehandelde patiënten en voor mensen die onder deskundige leiding een uurtje gezond willen bewegen. Deze groeplessen worden niet vergoed door de zorgverzekeraar. Informatie over dagen, tijden en kosten: 072-5330592

Verwijsindicaties voor Cesartherapie

- klachten die zijn veroorzaakt door een houdings- of bewegingsafwijking; bijvoorbeeld nek- schouderklachten, rugklachten (o.a. scoliose, lumbago), heupklachten, spanningshoofdpijn evenals bestrijden van beroepsklachten;
- verbetering van de ademtechniek bij bijvoorbeeld astma, COPD en hyperventilatie;
- neurologische aandoeningen zoals hernia, ischias en uitstralende zenuwpijnen, CVA, ziekte van Parkinson, MS;
- orthopedische aandoeningen als arthrose, osteoporose, ziekte van Scheuermann, revalidatie na operatieve ingreep (total hip);
- reumatische aandoeningen zoals reumatoïde arthritis, ziekte van Bechterew, fibromyalgie;
- whiplash, bekkenklachten (al dan niet tijdens de zwangerschap), incontinentie.
- RSI/CANS;
- stress en burn-outklachten;
- Easy Taping: functioneel taping ter ondersteuning van de behandeling en bij (sport-)blessures.