

fysiotherapie

”
Ik heb weer zin
om dingen te
ondernemen



samen
WOONZORGGROEP

Samen bewegen weer leuk maken

Voor wie fit en vitaal is, gaat bewegen vanzelf. Bij ziekte of pijn is dat anders, dan is bewegen niet meer vanzelfsprekend. De fysiotherapeuten van Revalidatie- & Behandelcentrum Samen helpen u opnieuw in beweging te komen.

Bewegen is belangrijk voor iedereen die zich goed wil voelen. Ook als u ouder wordt of iets onder de leden heeft. Wij kunnen u helpen. U kunt bij ons terecht voor individuele fysiotherapie of meedoen aan een van onze beweegprogramma's:

Samen Fitness

Wilt u sterker en fitter worden? In onze moderne oefenzaal met cardio- en krachtapparatuur kunt u komen fitnessen. Zelfstandig of met begeleiding.

Bewegen & gezond eten

Wilt u meer bewegen en gezonder eten? Bij dit programma werkt u samen met een fysiotherapeut en een diëtist aan leefstijlverandering.

Beweggroep Parkinson

Onze artsen en andere behandelaars bundelen de krachten in dit speciale beweegprogramma voor mensen met de ziekte van Parkinson.

Hartfit

Door samen met de fysiotherapeut en diëtist te werken aan een gezonde en actieve leefstijl krijgen mensen met hart- en vaatziekten een betere conditie.



Fysiotherapie *Samen*

Waar loopt u tegenaan bij het bewegen?

De fysiotherapeuten van Revalidatie- & Behandelcentrum Samen helpen u graag.
Enkele voorbeelden van wat mogelijk is:



Rollatorkeuring

Is uw rollator goed afgesteld? Op al onze locaties organiseren we gratis rollatorkeuringen.

Valpreventie, advies en training

Sterker in uw schoenen staan? Voorkom vallen door te werken aan evenwicht, reactievermogen, spierkracht en conditie.

Thuiskomen na CVA

Samen met Wonen plus Welzijn helpen we mensen die een beroerte hebben gehad er weer bovenop.

Fysiotherapie in het water

Therapie in ons verwarmde zwembad kan heel nuttig én prettig zijn als u moeite heeft met bewegen op het droge.

U kunt bij ons ook terecht voor:

- Dry needling,
- Medical taping,
- Mulligan Concept,
- Lymfe- of oedeemtherapie.

„

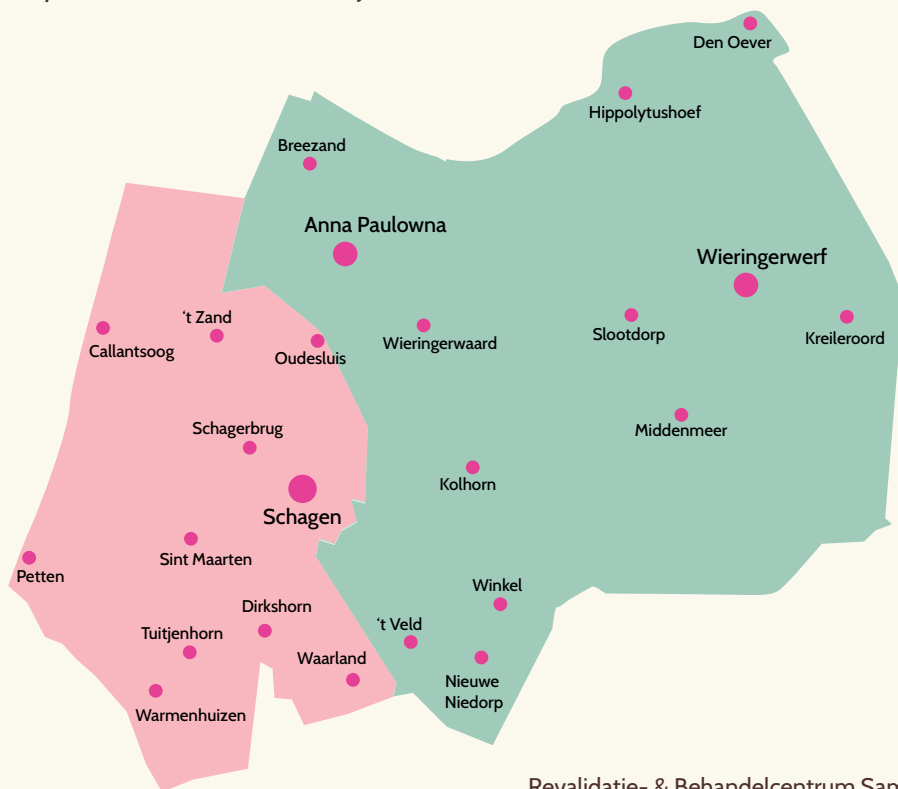
Ik krijg zoveel energie van die beweeggroep

Meer weten?

Op onze website www.woonzorggroepsamen.nl vindt u een schat aan informatie. Vraag ook naar onze andere folders. Wilt u meer informatie of een afspraak maken? Bel dan gerust 0224 - 21 11 49.

Revalidatie- & Behandelcentrum Samen is gevestigd in Schagen.

Op verzoek komen we ook bij u thuis.



Revalidatie- & Behandelcentrum Samen

t 0224 21 11 49

behandelcentrum@woonzorggroepsamen.nl

www.woonzorggroepsamen.nl

samen
WOONZORGGROEP

meer kunnen