

## Bereikbaarheid en toegankelijkheid

U kunt ons telefonisch bereiken van 7.45 tot 18.00 uur op nummer **072-5347534**. Indien u doorverbonden wordt met ons antwoordapparaat, spreek dan een boodschap in o.v.v. uw naam en telefoon-nummer. U wordt binnen 2 uur op werkdagen teruggebeld.

Wij zijn goed bereikbaar met openbaar vervoer (bushalte Middenweg) en de Hugo hopper stopt voor de deur. Er is volop gratis parkeerruimte voor de deur. Zorgwaard is volledig rolstoel toegankelijk.

## Openingstijden

De praktijk is van maandag tot en met vrijdag geopend. Vanaf 7.45 uur zijn wij aanwezig. Tevens is de praktijk een aantal avonden geopend voor groepsbegeleiding en individuele begeleiding.

*U kunt gezond bewegen zien als een investering in uw gezondheid en in uw welzijn. U voelt zich daardoor fitter en actiever en bent beter in staat de dingen te doen, die u graag wilt (blijven) doen.*

Voor verdere informatie en aanmelding:



Taxuslaan 34 • 1702 SC Heerhugowaard • 072 - 534 75 34  
[www.zorgwaard.com](http://www.zorgwaard.com) • [info@zorgwaard.com](mailto:info@zorgwaard.com)

**Tot ziens bij Zorgwaard!**



## PRODUCTINFORMATIE



## Praktijk informatiefolder Zorgwaard



Taxuslaan 34 • 1702 SC Heerhugowaard • 072 - 534 75 34  
[www.zorgwaard.com](http://www.zorgwaard.com) • [info@zorgwaard.com](mailto:info@zorgwaard.com)

## PRODUCTINFORMATIE

# Praktijk informatiefolder Zorgwaard

### Bewegen: onze deskundigheid

U bent altijd in beweging: thuis, op het werk en in uw vrije tijd. Vaak denkt u er zelfs niet bij na. Soms gaat bewegen echter niet vanzelf, bijvoorbeeld bij pijn, na een blessure of een operatie, of door het ouder worden. In die gevallen kunnen wij u helpen om weer in beweging te komen en te blijven. Bewegen is namelijk onze deskundigheid bij uitstek!

### Aanmelding

U kunt bij ons terecht mét of zonder een verwijzing van huisarts of specialist. U kunt zich persoonlijk aanmelden bij onze balie op de Tauxslaan, telefonisch of per e-mail. Hierna plannen wij een afspraak voor u bij een van onze fysiotherapeuten.

### Directe Toegankelijkheid Fysiotherapie

U kunt ook zonder verwijzing bij ons terecht. Zo kunt u snel geholpen worden. Ons doel is dat u de meest geschikte zorg krijgt. Aan de hand van een **screeningsgesprek** bepalen wij of fysiotherapie voor uw vraag of probleem de juiste aanpak is. Vaak is dit het geval, maar het kan ook zijn dat wij u aanraden alsnog contact met uw huisarts op te nemen. In dringende gevallen nemen wij zelf contact op met uw huisarts. In sommige gevallen verwijzen wij u door naar een andere (gespecialiseerde) hulpverlener. Wanneer u wel voor fysiotherapie in aanmerking komt, volgen wij de procedure zoals u kunt lezen onder “Fysiotherapie op verwijzing”. Wij brengen in principe uw huisarts op de hoogte van onze bevindingen, tenzij u dit niet wilt.

### Fysiotherapie op verwijzing

Uw huisarts, specialist heeft u verwezen voor fysiotherapie. Bij de eerste afspraak nemen wij uw hulpvraag als basis voor het vraaggesprek (anamnese). Hierna volgt er eventueel een onderzoek om uw probleem verder in kaart te brengen. Er wordt met u besproken wat er aan de hand is en wat er aan gedaan kan worden door ons en u zelf. De vervolgbehandeling wordt gestart als u instemt met het voorgestelde plan.

### Behandeling aan huis

Bent u niet in staat om naar onze praktijk te komen, dan behandelen wij u aan huis.

### Individuele of groepsgewijze begeleiding

U kunt **individueel begeleid** worden of direct instromen in een van onze **groepsgewijze beweegprogramma's**. We overleggen met u welke aanpak het beste bij u en uw klachten past. Afhankelijk van uw aandoening en/of verzekeringspolis, vergoedt uw zorgverzekeraar de kosten van de fysiotherapie of van de beweegprogramma's

### Gezond blijven

Op het moment dat u geen klachten (meer) heeft kunt u bij ons op een gezonde, plezierige en verantwoorde wijze in beweging te blijven. Bewegen is belangrijk. Bewegen bevordert uw gezondheid en uw welbevinden. U kunt deelnemen aan diverse beweegprogramma's. Wij adviseren welke activiteit het meest geschikt voor u is. In onze overzichtsfolder en op onze website treft u hiervan een overzicht aan. Wanneer u deelneemt aan deze activiteiten, zijn de kosten in principe voor eigen rekening.