

Beweegprogramma

DIABETES MELLITUS

Uit onderzoek is gebleken dat bewegen voor mensen met diabetes (suikerziekte) kan leiden tot minder medicijngebruik. Het is echter van belang dat het bewegen goed wordt begeleid. We hebben daarom een speciaal beweegprogramma ontwikkeld voor u als diabeet.

DOELSTELLING

Het doel van het programma is het verbeteren van de algehele conditie en het doen toenemen van de hoeveelheid spierweefsel, waardoor de insulinebehoefte positief wordt beïnvloed.

PLAN VAN AANPAK

Het programma start met een intake waarbij informatie over uw fitheid wordt vastgelegd en uw persoonlijke omstandigheden worden besproken. Hiermee wordt rekening gehouden tijdens de trainingen. Ook de manier waarop u en uw omgeving beter met uw ziekte kunnen omgaan wordt tijdens het programma besproken. Gedurende het programma is er minimaal één groepsbespreking waarbij uw vorderingen worden geëvalueerd.

TIJD & TARIEF

Er is een kort (13 trainingen), middellang (26 trainingen) en lang programma (39 trainingen). Een aantal zorgverzekeraars vergoedt dit programma geheel of gedeeltelijk. Voor meer informatie hierover en over andere aspecten van dit programma kunt u terecht bij uw fysiotherapeut of bij uw zorgverzekeraar.

AANMELDEN

Wanneer u geïnteresseerd bent dan kunt u zich wenden tot uw fysiotherapeut of tot één van de Fys'optima-praktijken bij u in de buurt. De voor u dichtstbijzijnde praktijk vindt u via www.fysoptima.nl

U kunt zich ook rechtstreeks wenden tot uw therapeut bij Bewust Bewegen.

Telefonisch aanmelden kan via 0546 621886

Fysiotherapiepraktijk

Bewust Bewegen

Bruno van Ommenstraat 31
7651 BP Tubbergen
T 0546-621886

www.bewustbewegen.nl

info@fysiotubbergen.nl