

Bewegen is voor iedereen belangrijk, het draagt bij aan de fysieke en mentale gezondheid. Ook voor mensen met een beperking. Er zijn veel mogelijkheden om te bewegen of sporten met een lichamelijke beperking. Om te ondersteunen in de stap naar een beweeg- of sportactiviteit heeft Basalt het Beweegloket. Het Beweegloket geeft advies over een passende beweeg- of sportactiviteit en/of het vinden van een geschikte sportvereniging.

Doel

Een beweegadvies is nodig om inzicht te krijgen in wat uw wensen zijn op het gebied van bewegen en/of sporten. Welke activiteit past bij u en wat zijn de mogelijkheden? Het doel is dat iedere patiënt kennis maakt met een actieve leefstijl die ook na de revalidatie kan worden voortgezet.

Voor wie?

Het Beweegloket is voor alle jongeren en volwassenen die (klinisch en poliklinisch) revalideren bij Basalt en die vragen hebben over bewegen of sporten, zoals:

- Welke beweeg- of sportactiviteit is voor mij geschikt en waar kan ik dat doen?
- Wat zijn de kosten om te bewegen/sporten?
- Waar kan ik terecht voor speciale beweeg- en sporthulpmiddelen?
- Waar kan ik sporten onder begeleiding?

Door wie?

Een bewegingsagoog geeft het beweegadvies. Hij/zij stemt het advies af met de behandelend bewegingsagoog, fysiotherapeut, revalidatiearts en zo nodig ook met maatschappelijk werk. Onze bewegingsagogen hebben een groot netwerk van sportaanbieders in de regio.

Hoe werkt het?

Heeft u een vraag over sporten en/of een lichamelijk actievere levensstijl, geef dit dan aan bij uw revalidatiearts of een behandelaar. Beweegadvies kan alleen worden gegeven op voorschrift van de revalidatiearts. Een afspraak bij het Beweegloket bestaat uit:

- Een sport-en beweegadvies
- Na het adviesgesprek is er tot maximaal vier keer contact om eventuele vragen te beantwoorden en te bespreken hoe het gaat.

Wat kunt u van ons verwachten?

Een op maat gemaakt beweegadvies door een ervaren, professionele en enthousiaste bewegingsagoog.

Wat verwachten wij van u?

Voor uw afspraak bij het Beweegloket kunt u alvast nadenken over uw wensen op het gebied van bewegen en/of sporten. Dit kunt u bespreken tijdens het adviesgesprek.

Vragen?

Informeer bij uw therapeut of arts naar de mogelijkheden.

