

Menu

Menu



Fysiofit Berghem

Molenweg 2b

5351 EV Berghem

Tel: 0412-401764

Fax: 0412-404940

info@fysiofitberghem.nl

Openingstijden:

Maandag/donderdag

8.00 - 20.00 uur

Vrijdag

8.00 - 18.00 uur

Fit met Diabetes

Eind 2014 zijn we van start gegaan met een speciaal programma voor mensen met diabetes. Het programma vindt overdag plaats.

FIT MET DIABETES is een beweeg- en voedingsprogramma van 3 maanden, om op een gezonde manier met je lichaam bezig te zijn. Een combinatie die zorgt voor een beter inzicht in je lijf en voor een betere diabetes- regulatie. Het is een leuk, afwisselend programma met veel tips en informatie.

Allereerst beginnen we met een apart voorgesprekje bij de fysiotherapeut en de diëtiste. Elke twee weken is er een groepsbijeenkomst met de diëtiste:

- ❖ Eerste groepsbijeenkomst: voor inzicht in voeding, beweging in relatie tot diabetes.
- ❖ De tweede groepsbijeenkomst is buiten de deur; namelijk een supermarktrondleiding bij de plaatselijke supermarkt.
- ❖ In de derde groepsbijeenkomst gaan we in op productkeuzes, voedingsgewoontes in relatie tot diabetes
- ❖ De vierde groepsbijeenkomst is een biowalking; een natuurwandeling met een IVN

gids en een van de zorgverleners

❖ De vijfde, de laatste groepsbijeenkomst met praktische tips en hoe nu verder
Tot slot volgt er nog een eindgesprek.

Vergoeding diëtist

Begeleiding door een diëtiste in relatie tot diabetes valt onder ketenzorg en wordt veelal vergoed.

Beweging

De eerste periode train je twee keer per week, later een keer per week. De training bestaat uit een fysiotherapiegedeelte en een bewegingsprogramma, helemaal afgestemd op je persoonlijke conditie en mogelijkheden.

Vergoeding fysiotherapie

Vergoedingsmogelijkheden (veelal vanuit de aanvullende zorgverzekering) kun je met ons bespreken.

Interesse?

Heb je interesse om onder begeleiding een gecombineerd programma te volgen voor een fitter lichaam en een betere diabetesinstelling. Bespreek het eventueel met je praktijkondersteuner of huisarts. Voor vragen en aanmelding kun je bij ons terecht:

Fysiofit Berghem: 0412-401764

info@fysiofitberghem.nl

Ardie van der Steen, diëtist: 06-33796547

avdsteen@dietistossberghem.nl