Volume 1 |
Uitgave 1 |
Mei 2021 |

Nieuwsbrief lockdown

In deze eerste nieuwsbrief van Fysio B-Active Together een update over Covid-19 revalidatie, Fysiotherapie bij Active, Organisatie Nationale Diabetes Challenge, ThuisFysio, Meedoen initiatief gemeente Montferland en Heel Montferland Beweegt.

ThuisFysio

Aan de slag maar bakje koffie sla ik zeker niet af

Fysiotherapie aan huis, bij u thuis zodat u niet naar de praktijk hoeft te komen. Wat hiervoor de reden ook mag zijn, ik maak dit graag mogelijk. Ik kom u graag behandelen bij u thuis op de maandag- en/of donderdagochtend. Andere tijden zijn ook mogelijk.

Voor wie?

Iedereen die binnen 15 minuten autorijden van 's Heerenberg woont.

Covid-19 revalidatie

Vitamine C

Vitamine D

Trainen

Whey-eiwitten

Graag heet ik u welkom om te revalideren in mijn praktijk en sportschool Active na uw doorgemaakte Covid-19 besmetting. U heeft een heftige en onzekere periode meegemaakt en graag help ik u verder herstellen. Dit gaan wij samendoen. Uw huisarts verwijst u voor fysiotherapie.

Doelstellingen

Afhankelijk van de doorgemaakte besmetting en uw levensdoelen gaan wij de behandeling vormgeven. Wat kunt u verwachten van de therapie?

- Aandacht voor voeding, leefstijl ter ondersteuning herstel
- Ademhalingsoefeningen
- Opbouw van spierkracht en conditie
- Vertrouwen krijgen
- Dagelijkse functionele oefeningen
- Ruimte voor gevoelens

06 - 82 39 57 33
info@bartfysio.nl
www.bartfysio.nl
Lengelseweg 102
7041 DS 's Heerenberg

Volume 1 |
Uitgave 1 |
Mei 2021 |

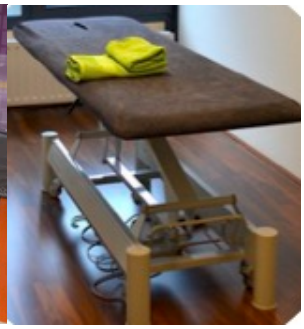
Nieuwsbrief lockdown

Fysiotherapie in eigen sportschool Active

Kom in beweging! Waarom wachten?

Beste Leden van Active, gelukkig kan er volgende week weer binnen worden getraind. Tot heden kunnen wij elkaar alleen buiten treffen bij Active. De fysiotherapie is voor mensen met klachten steeds toegankelijk geweest en wel bij Active, jullie eigen sportschool. Heeft u momenteel klachten in het bewegingsapparaat, beweegt u daardoor minder dan is het goed om dit aan te pakken en niet te wachten totdat de Lock down voorbij is. Sporten en bewegen kan momenteel niet in de sportschool maar is zeer belangrijk voor een goede gezondheid.

Wil jij je pijnklachten momenteel te lijf gaan, dan is dit mogelijk om te komen voor behandeling. Natuurlijk alleen als jij de klachten belangrijk genoeg vindt, we zitten tenslotte nog wel in een Lock down. Dit is een uitnodiging voor iedereen die behandeling wil. Het is fijn om dit in je eigen sportschool te doen. Training middels beweging geeft verbetering in klachten en gezondheid.



Organisatie NationaleDiabetesChallenge

Zie jullie volgend jaar bij de NDC 2022!

Helaas dien ik jullie te berichten dat de Nationale Diabetes Challenge, 20 weken 1 x per week wandelen, in 2021 niet in 's Heerenberg gaat starten. Gezien de corona pandemie en hiermee gepaard gaande onzekerheid is het momenteel niet de juiste tijd om te starten met de Challenge. Er mag maar gelopen worden met 4 deelnemers per groep en het houden van voorlichting bijeenkomsten is niet mogelijk. Werving van deelnemers en ondersteuning is ook lastiger door de corona omstandigheden. Daarnaast heerst er momenteel in mijn ogen niet het juiste fundament voor de aftrap van Challenge in 's Heerenberg. Bedankt voor jullie steun, positieve reacties en vertrouwen voor het organiseren van de Nationale Diabetes Challenge. Ik zie jullie graag bij de organisatie voor 2022 als de omstandigheden stabieler en energieker zijn. Als iemand zich alvast aan wil melden als vrijwilliger maak je mij blij.

06 - 82 39 57 33
info@bartfysio.nl
www.bartfysio.nl
Lengelseweg 102
7041 DS 's Heerenberg

Volume 1 |
Uitgave 1 |
Mei 2021 |

Nieuwsbrief lockdown

Meedoen in Montferland

Sociaal partner

Wist u dat Fysio B-Active Together meedoet aan de Meedoenregeling in gemeente Montferland. Fysiotherapie is hiermee toegankelijk voor mensen met een kleine beurs via de Meedoenregeling. Kijk voor de mogelijkheden op de website: https://meedoeninmontferland.info/regelingen/meedoenregeling/

Als u vragen heeft over bovenstaande stuur mij gerust een berichtje.

Lokaal Beweeg en sportakkoord "Heel Montferland Beweegt"

Bekijk totale bewegings - aanbod in gemeente Montferland

Wist u dat Fysio B-Active Together het beweeg akkoord voor Montferland ondersteunt en heeft ondertekend? Wat houdt dit in? Ik ga mijn best doen om mensen te enthousiasmeren voor beweging in alle diverse vormen. Hiervoor kijk ik breder dan de fysiotherapie en probeer mensen te helpen zoeken naar juiste passende beweging in bestaand bewegingsaanbod.

Uit de Media

Nieuws

Wist u dat Fysio B-Active Together positieve en opvallende berichten uit de media post op de website: www.bartfysio.nl en dan sub kopje: Uit de media.

Deze nieuwsbrief delen wordt gewaardeerd. Hopelijk was deze nieuwsbrief informatief en interessant.

06 - 82 39 57 33
info@bartfysio.nl
www.bartfysio.nl
Lengelseweg 102
7041 DS 's Heerenberg