

FYSIO
fysiosportief

**INFORMATIEFOLDER
ONLINE
WERKPLEK ADVIES**



ONLINE WERKPLEK ADVIES

Werk jij regelmatig met een computer of laptop en heb je hierdoor lichamelijke klachten? Ik geef je graag advies over de beste inrichting van je werkplek, zodat jij klachtenvrij alle aandacht aan je werk kan geven.



OVER MIJ

Ik ben Stefanie Oldhoff en als manueel therapeut behandel ik al ruim 10 jaar dagelijks mensen met pijnklachten. Ik ontdekte dat veel klachten komen door een verkeerde werkhouding en daarom heb ik besloten om hiervoor een specifieke behandeling te ontwerpen: online werkplekadvies.

Met mijn online werkplekadvies verhelp je bestaande lichamelijke klachten zoals pijn en stijfheid in je nek en bovenrug, of overbelastingsklachten in je armen. Natuurlijk kun je ons online werkplekadvies ook preventief inzetten om klachten in de toekomst te voorkomen en je werkplek te optimaliseren.

Met online werkplekadvies pak ik de oorzaak van je lichamelijke klachten aan. Om dit voor iedereen, op elke werkplek en ieder moment mogelijk te maken, doe ik dit met videobellen. Nadat de afspraak ingepland is ontvang je informatie om via een beveiligde verbinding makkelijk contact te leggen.



“

Stefanie hielp mij mijn klachten te verminderen en dat middels een online videocall.

”



HIJ GING JE VOOR

“Na contact gehad te hebben met Stefanie Oldhoff over een schouderprobleem ging ze alle opties langs om mij zo goed mogelijk te helpen. Een hele belangrijke was, naast de gewone behandeling, werkplekadvis via een videocall. Hierbij kon ze op afstand mijn werkplek bekijken en mij tips geven over hoe ik aan het werk was.

Dit heeft mij enorm geholpen omdat ik onbewust een erg slechte en gespannen houding aannam. Ze ging alle aspecten langs en gaf mij daarnaast meerdere tips over wat voor producten ik zou kunnen gebruiken om het werken zo ergonomisch mogelijk te maken. Ik heb het advies zoveel mogelijk overgenomen en ik voelde al snel verbetering in mijn schouder(s) ook al was het erg wennen om je hele werkhouding aan te passen. Het was binnen een halfuur besproken en ik ben erg tevreden!”

Laurens



HOE WERKT HET ONLINE WERKPLEK ADVIES?

Het online werkplekadvies begint met een intake bestaande uit een kennismaking en bespreking van je gezondheid en je lichamelijke klachten. Dit onderzoek kan preventief uitgevoerd worden, of op indicatie wanneer er lichamelijke klachten zijn. Ik inventariseer de huidige instellingen van de werkplek en je werkzaamheden.

Daarna help ik je met het optimaal instellen van de werkplek. Ik geef je tips en advies rondom het werken en daarnaast eventueel thuis-oefeningen. Hierdoor kan je op elke gewenste werkplek verantwoord ergonomisch werken. Persoonsgebonden adviezen en instellingen noteren we in het werkplek rapport wat je na afloop per mail ontvangt.

Het werkplekadvies bestaat uit:

- Intake
- Werkplekanalyse
- Ergonomisch advies
- Rapportage

Het online werkplekadvies maakt deel uit van onze fysiotherapie en onze praktijktarieven hiervoor. Je leest deze op de memoborden in onze praktijk en op www.fysiosportiefgroningen.nl/praktijk tarieven. Onze tarieven fysiotherapie zijn van toepassing indien je geen aanvullende verzekering hebt, of indien het maximaal aantal te vergoeden behandelingen uit je aanvullende verzekering al vergoed zijn.

Ben je bij ons in behandeling? Dan rekenen wij hiervoor 1 behandeling fysiotherapie. Ben je nog niet bij ons behandeling, dan rekenen wij hiervoor 1 screening en intake en onderzoek en 1 behandeling fysiotherapie.

Heb je een aanvullende verzekering voor fysiotherapie? Wij hebben een overeenkomst met alle zorgverzekeraars in Nederland, dus in dat geval worden je behandelingen vanuit het budget van je aanvullende verzekering vergoed.

PRAKTISCHE INFORMATIE

CONTACTGEGEVENS

fysiosportief

Vechtstraat 52 | 9725 CW Groningen

Munnekeholm 1 | 9711JA Groningen Centrum

050 313 69 88

info@fysiosportiefgroningen.nl

www.fysiosportiefgroningen.nl

fysiosportief

Fysiotherapie praktijk in het centrum van Groningen. Een leuke groep fysiotherapeuten met vele specialisaties werken hier nauw samen.

fysiosportief helpt U met:

- Algemene fysiotherapie
- Manuele therapie
- Sportfysiotherapie
- Kinderfysiotherapie
- Dry Needling
- fysiosportief cycling
- Hoofdpijnpoli
- Personal training
- **Online werkplekadvies**

Waarom kiest jij voor fysiosportief?

Wat bij ons voorop staat is de individuele benadering van elk traject. Het belang van jou als patient staat bij ons centraal. Wij staan voor een veilige terugkeer op jou activiteiten niveau!

Waar zit fysiosportief?

fysiosportief zit in het centrum van Groningen en heeft twee vestigingen te weten de Vechtstaat 52 en Munnekeholm 1 (Locatie TrainMore).

Hoe maak ik een afspraak?

Een afspraak maken bij fysiosportief gaat heel eenvoudig. Ga naar www.fysiosportiefgroningen.nl/maak-uw-afspraak/