

## Afspraak maken

U kunt een afspraak maken met één van onze fysiotherapeuten door te bellen met het PMC Skagerrak op nummer: 023-5622449, of direct met de fysiotherapeuten van Fysiotherapie de Hoofdvaart op nummer: 023-5572479.

Meer informatie kunt u vinden op de website:

[www.pmc-skagerrak.nl](http://www.pmc-skagerrak.nl)

Wanneer u traint bij Jeroen Maas Sports Company, kunt u onze fysiotherapeuten tegen komen in de sportschool. Stel uw vragen gerust direct aan hen!

## Kwaliteitsregister

Alle medewerkers van het Paramedisch Centrum Skagerrak staan geregistreerd in het Centraal Kwaliteitsregister van het Koninklijk Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF). Zij zijn te vinden op:

[www.defysiotherapeut.com](http://www.defysiotherapeut.com)



Fysiotherapie de Hoofdvaart  
Hoofdweg 669c  
2131 BB Hoofddorp  
tel: 023-5572479



Uw fysiotherapeuten:  
Nienke Hoogervorst  
Jaap Verbruggen  
Marieke Moleveld

Fysiotherapie de Hoofdvaart is een  
dependance van:  
Paramedisch Centrum Skagerrak

E: [Skagerrak@hetnet.nl](mailto:Skagerrak@hetnet.nl)

[www.pmc-skagerrak.nl](http://www.pmc-skagerrak.nl)

# Fysiotherapie de Hoofdvaart



Fysiotherapie, (sport)revalidatie en  
Medisch Verantwoord Bewegen



Paramedisch Centrum Skagerrak  
Hoofddorp

## Welkom!

Al meer dan 30 jaar is "Paramedisch Centrum Skagerrak" een begrip in Hoofddorp. Van een praktijk op het Skagerrak uitgegroeid tot drie locaties met in totaal negen fysiotherapeuten en een administratief medewerkster.

Het PMC Skagerrak beschikt over meerdere specialisaties binnen de fysiotherapie, te weten:

- manuele therapie;
- sportfysiotherapie;
- psychosomatische fysiotherapie;
- oedeemtherapie en manuele lymfdrainage;
- arbeidsfysiotherapie;
- fysiotherapie aan huis.

Al geruime tijd is het PMC Skagerrak gevestigd bij Jeroen Maas Sports Company, waar de fysiotherapeuten beschikking hebben over een eigen behandelruimte (met eigen ingang en wachtruimte). Er wordt gebruik gemaakt van alle faciliteiten van de sportschool, om u zo optimaal mogelijk te kunnen begeleiden.

## Medisch Verantwoord Bewegen

Deze training is bedoeld voor mensen die tijdens of na een periode van lichamelijke klachten onder deskundige begeleiding verder willen trainen.

Voor meer informatie, kijk in de folder Medisch Verantwoord Bewegen of op de website voor meer informatie en prijzen.

## Doelstelling van de fysiotherapeutische behandeling of training

De doelstelling van onze fysiotherapeuten is simpel: u (weer) vooruit helpen! En dit op een deskundige, gedreven en zorgzame manier.

Samen met de fysiotherapeut stelt u uw persoonlijke doelen op. Onze fysiotherapeuten adviseren, behandelen en begeleiden u, zodat u weer zo goed mogelijk uw dagelijkse activiteiten kunt voortzetten of hervatten.

Begeleiding om op een verantwoorde manier te sporten kan ook een doel zijn.

U leert hoe u door verantwoord te bewegen de lichamelijke klachten en/of beperkingen kunt voorkomen of verminderen.

## Vergoeding van fysiotherapie

Tegenwoordig is het niet meer nodig om een verwijsbrief van de huisarts of specialist te hebben om een afspraak te kunnen maken met een fysiotherapeut. U kunt direct contact opnemen en een afspraak plannen.

Heeft u een aanvullende verzekering? Dan worden de behandelingen waarschijnlijk vergoed. Hoeveel behandelingen worden vergoed, is afhankelijk van uw aanvullende pakket. Raadpleeg in ieder geval de polisvoorwaarden van uw verzekering, of kijk op [www.defysiotherapeut.com](http://www.defysiotherapeut.com) voor details. PMC Skagerrak heeft contracten met alle zorgverzekeraars.

## Training en/of revalidatie

Voordat er begonnen kan worden aan de revalidatie of training, wordt een intake uitgevoerd. Bij die intake wordt uw lichamelijke conditie beoordeeld en stelt u samen met de fysiotherapeut uw persoonlijke doelen op.

Om deze doelen te bereiken, kan er gebruik worden gemaakt van behandeling in een behandelkamer, maar er zal zeker ook gebruik worden gemaakt van oefeningen en/of een trainingsprogramma. Onder begeleiding van de fysiotherapeut kunt u hiermee aan de slag.

## Nazorg

Door middel van behandeling en begeleiding probeert de fysiotherapeut u te helpen bij het verminderen van de klachten. Of er wordt u geleerd hoe u op een juiste manier kunt omgaan met de klachten.

Wanneer de klachten dusdanig verminderd zijn, dat u zelfstandig verder kunt met trainen, is er sprake van een unieke samenwerking binnen Jeroen Maas Sports Company. De fysiotherapeuten van Fysiotherapie De Hoofdvaart zijn op gezette tijden aanwezig in de sportzaal. Hierdoor zijn zij eenvoudig te benaderen wanneer u een specifieke vraag heeft over uw trainingsprogramma met betrekking tot uw (voormalige) lichamelijke klachten. Op deze manier vermindert u de kans dat de klachten weer terugkeren.