

KINDERFYSIO- & KINDEROEFENTHERAPIE

Beweegprogramma voor kinderen 'FIT4FUN'



Wat is FIT4FUN?

FIT4FUN is een beweegprogramma ontwikkeld door Fysiohoorn voor kinderen met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening. De kinderen trainen onder begeleiding van een kinderfysiotherapeut/kinderoefentherapeut gedurende een bepaalde periode.

Waarom FIT4FUN?

Kinderen met een chronische aandoening kunnen als gevolg van deze aandoening lichamelijk niet fit genoeg zijn om te mee te kunnen komen met de gymlessen op school en/of een reguliere sportvereniging. Het gevolg hiervan kan zijn dat hun plezier in bewegen verminderd, dat zij steeds minder gaan bewegen en de lichamelijke fitheid minder wordt. Vaak geeft dit een negatief effect op de aandoening zelf.

Kinderen met een langdurig revalidatie traject kunnen door een blessure of letsel langdurige begeleiding nodig hebben. Door dit langdurige revalidatie traject kunnen zij voor langere periode niet optimaal meekomen tijdens gymlessen en/of andere sportactiviteiten. Het geval hiervan kan zijn dat zij niet alleen minder gaan bewegen, maar ook minder snel zullen herstellen.

Als kinderfysio- & kinderoefentherapeuten maken wij ons hier ernstig zorgen over. Net als ouders hebben wij het beste voor met de gezondheid van deze kinderen. Daarom hebben wij het FIT4Fun concept ontwikkeld. Een specifiek beweegprogramma op maat gemaakt voor elk kind!

Doelgroepen

Binnen FIT4FUN hebben wij momenteel twee doelgroepen:

- Kinderen vanaf 6 t/m 18 jaar met een chronische indicatie
- Kinderen vanaf 6 t/m 18 jaar met een langdurig revalidatie traject

Wij bieden graag onze hulp bij het ervaren van plezier en succes tijdens het bewegen van uw kind!

Doelstelling van FIT4FUN

De doelen van de beweeggroepen zijn: Het verbeteren van de lichamelijke fitheid, het hanteren van lichaamsgewicht, het ervaren van plezier in bewegen, het herstellen en/of voorkomen van blessures en als laatste de mogelijkheid bieden om eventueel door te stromen naar een reguliere sportvereniging.

Groepstherapie

De therapie wordt na een intakegesprek en onderzoek gestart met een programma wat op maat wordt gemaakt om de hulpvraag en doelen te behalen. Hierbij worden ook bepaalde tests en metingen verricht die het behandelresultaat later in het proces goed kunnen weergeven. In het programma worden verschillende oefenvormen aangeboden, zoals: individuele oefeningen, groepsoefeningen, circuit training en training op fitnessapparatuur.

Samenwerking

Gedurende het behandeltraject wordt er, indien nodig is, samengewerkt met de huisarts, medisch specialist & diëtist. Ouders worden ook betrokken tijdens het behandeltraject en worden geadviseerd met betrekking tot het beweeggedrag van hun kind.

Kosten

Indien deelname aan de beweeggroep op verwijzing van een arts plaatsvindt bestaat de mogelijkheid om de kosten te declareren bij de zorgverzekeraar. Daarnaast is het ook mogelijk een abonnement af te sluiten.

De therapeuten

Maaïke Kool

Kinderoefentherapeut
Oefentherapeut Mensendieck



Anouk Rustenburg

Kinderfysiotherapeut (i.o.)
Fysiotherapeut

