

## Hoe kunt u er komen?



## Voor aanmelding of verdere informatie:

Locatie Borgsate:  
Meidoornsingel 181  
3053 BP Rotterdam  
T: 010 2110311

Locatie Medisch Centrum Schiebroek:  
T: 010 4187644  
E: [info@actieffysiotherapie.nl](mailto:info@actieffysiotherapie.nl)  
Site:

[www.actieffysiotherapie.nl](http://www.actieffysiotherapie.nl)

## Actief Fysiotherapie



## Actief Fysiotherapie Locatie Borgsate

Meidoornsingel 181  
3053 RJ Rotterdam - Schiebroek

## ■ Zorgcentrum Borgsate

■ Laurens Borgsate is een woonzorglocatie voor ouderen, gelegen in de deelgemeente Hillegersberg-Schiebroek. Het biedt zorg en ondersteuning op maat. Alle ondersteuning sluit aan bij uw behoeften en voorkeuren. Of het nu gaat om verpleging, verzorging, dagbesteding of .....fysiotherapie!! Op de begane grond van het Zorgcentrum is een volwaardige praktijkruimte voor Fysiotherapie. Deze bestaat uit twee behandelkamers en een oefenruimte. De behandelkamers bevatten een moderne bank, in hoogte verstelbaar, zodat iedereen gemakkelijk kan plaatsnemen. In de oefenruimte bevindt zich oefenapparatuur, waardoor uitgebreide oefenvormen mogelijk zijn:



- Roeiapparaat
- Fiets
- Pulley
- Loopbrug
- Motomed
- Klein oefenmateriaal (bal, stok etc.)

De praktijkruimte is zeer toegankelijk voor ouderen en mensen met een handicap.



## ■ Actief zijn

■ Het motto van Actief Fysiotherapie is *“Actief zijn, de kern van herstel”*. Oud of jong, voor ieder geldt hetzelfde: U werkt zelf aan uw herstel door te bewegen. Slechts bij grote uitzondering wordt nog absolute rust voorgeschreven.



Een belangrijke taak van de fysiotherapeut is de mensen te begeleiden in het bewegen. Soms rustig, soms intensief, de klachten herstellen pas echt als u in het dagelijks leven uw activiteiten weer kunt oppakken. Daarom ligt na de soms noodzakelijke massage de nadruk van de behandeling vaak op het oefenen, met en zonder oefenapparatuur.

## ■ Ook voor mensen uit de wijk

■ Veel mensen uit de omgeving van Borgsate maken regelmatig gebruik van de aanwezige faciliteiten. Zo is er een uitstekend restaurant, een kapsalon en staat er een biljart. Verder worden er regelmatig activiteiten georganiseerd, zoals de bingo en optredens van artiesten. Ook de fysiotherapie is toegankelijk voor mensen uit de wijk. De behandelingen gaan op afspraak. U kunt dit telefonisch doen, maar u kunt natuurlijk ook langs komen.

## ■ Directe toegang

■ U heeft géén verwijsbriefje van uw arts nodig. U kunt nog altijd eerst een afspraak maken bij de huisarts, maar het hoeft in principe niet meer. Dat heeft voordelen. Zo komt u ‘direct’ bij de specialist in beweging terecht, zodat u weer ‘direct’ kunt beginnen met werken aan uw herstel. Als u toestemming geeft wordt de huisarts wel geïnformeerd over het verloop van uw klachten en het resultaat van de behandeling.

