

## Fitnessstraining

Er zijn in de praktijk vier fitnessstoestellen: een hometrainer, een crosstrainer, een stepper en een loopband.

U kunt in een rustige sfeer onder begeleiding en/of zelfstandig werken aan: conditieverbetering, gewichtsafname, vergroten van uw spierkracht en spieruithoudingsvermogen. Samen met u kan er een trainingsprogramma opgesteld worden.

U kunt ook zonder gezondheidsklachten in de praktijk preventief trainen. Bel, mail of raadpleeg de website voor meer informatie.



## Huisregels

Ik houd mij zoveel mogelijk aan de afgesproken tijden. De maximale wachttijd bedraagt ca. 10 minuten. Afspraken dienen 24 uur van te voren worden afgezegd. Een niet op tijd afgezegde behandeling wordt doorberekend.

## Kwaliteit Fysiotherapie

Ik ben BIG geregistreerd, lid van het KNGF en geregistreerd in het Centraal Kwaliteitsregister Fysiotherapie (CKR).

De landelijke beroepsorganisatie van fysiotherapeuten, het KNGF bewaakt voortdurend de kwaliteit. De fysiotherapeut investeert al jaren in professionaliteit en verbetering van de dienstverlening. Die ontwikkeling is nog steeds in volle gang.

Een grote erkenning van ons beroep is dat wij sinds 1 januari 2006 vrij toegankelijk zijn. Dat wil zeggen dat u geen verwijfsbriefje van uw arts meer nodig heeft.



## Contact

Watermolen 74

3164 SR Maassluis

**Telefoon:** 010 - 5920253

**E-mail:** [info@fysiotherapieriemvis.nl](mailto:info@fysiotherapieriemvis.nl)

**Internet:** [www.fysiotherapieriemvis.nl](http://www.fysiotherapieriemvis.nl)

## Route

De praktijk ligt aan de uiterste bebouwing van Maassluis-West. Vanuit **Maassluis-Centrum** rijdt u over de Westlandse weg richting Maassluis-West. Bij het ANWB bord "Steendijckpolder" linksaf. De praktijk ligt tegen het appartementencomplex Orangerie aangebouwd, direct de eerste straat links.

Per auto **vanuit Vlaardingen of het Westland** komt u over de A20. Neem afslag Maassluis-West/Hoek van Holland. Houdt onder aan de afslag de borden Maassluis-West aan. U rijdt op de dijk. Bij het ANWB bord "Steendijckpolder" rechtsaf. De praktijk ligt tegen het appartementencomplex Orangerie aangebouwd, direct de eerste straat links.

Met openbaar vervoer stopt bus 30 pal tegenover de praktijk aan de Dr. A. Schweitzerdreef/ halte Stellingmolen. Bus 137 stopt in de Stadsmolen bij het verpleeghuis Drie-MaasHave. Hiervandaan loopt u in 8 minuten de Stellingmolen helemaal uit. De praktijk ligt aan uw rechter hand.



Kijk ook eens op [www.sportwandelen.nl](http://www.sportwandelen.nl)

Bewegen doet leven



Fysiotherapie  
Riem Vis





Fysiotherapie  
Riem Vis



## Directe toegankelijkheid fysiotherapie

Vanaf 1 januari 2006 heeft u geen verwijfsbriefje meer nodig voor de fysiotherapeut. Dat heeft voordelen. Zo kunt u direct een afspraak maken bij de specialist in bewegen. U begint gelijk met werken aan uw herstel.

## Even voorstellen

Mijn naam is Martin Riem Vis, zelfstandig fysiotherapeut. Voor individuele zorg en aandacht bent u aan het juiste adres. In een rustige sfeer is er aandacht voor u als persoonlijk mens. Een mens is immers meer dan alleen een bewegend individu van spieren en gewrichten.

Naast fysiotherapeut ben ik ook instructeur Nordic Walking. Ik integreer deze manier van bewegen in mijn vak als fysiotherapeut. In een speciaal Revalidatieprogramma kunnen mensen met beperkingen werken aan hun herstel. In de voetbalsport heb ik veel ervaring opgedaan met het behandelen van blessures en het geven van hersteltrainingen. Manuele technieken kunnen een onderdeel van mijn behandelingen vormen.

De laatste jaren verdiep ik mij meer in de psychosomatiek. Hierin behandel ik stressgerelateerde pijnklachten. Hyperventilatie en spanningshoofdpijn zijn bekende voorbeelden daarvan.

Hierin behandel ik stressgerelateerde pijnklachten. Hyperventilatie en spanningshoofdpijn zijn bekende voorbeelden daarvan.



Lichaamsbewustzijnstechnieken, ontspannings- en ademhalingsoefeningen zijn waardevolle instrumenten in het werken aan herstel.

## Een eerste afspraak

Bij uw eerste afspraak dient u altijd een badlaken, uw verzekeringspasje en ID kaart mee te nemen. In een gesprek inventariseer ik uw klachten. Daarna volgt een lichamelijk onderzoek. Vervolgens wordt in samenspraak met u een plan voor behandeling opgesteld.

Een behandeling kan bestaan uit oefentherapie, massage, advisering, voorlichting en begeleiding. De klachten waarvoor u bij de fysiotherapeut terecht kunt, zijn zeer uiteenlopend. Van pijn tot krachtvermindering en van ademhalingsproblemen tot beperkingen in het bewegen. Een behandeling fysiotherapie duurt ongeveer een half uur.

## Vergoedingen

Fysiotherapie wordt vergoed vanuit uw aanvullende verzekering. Raadpleeg uw verzekeraar om te weten hoeveel behandelingen u vergoed krijgt. Behandeling van een chronische aandoening wordt vergoed vanuit uw basisverzekering. Hier voor heeft u nog vaak wel een verwijfsbriefje van uw huisarts of specialist nodig. Het eigen risico bedrag heeft betrekking op de basisverzekering.

Een chronische aandoening is bijvoorbeeld Reuma of de Ziekte van Parkinson. Ook behandelingen na operaties vallen onder 'chronische aandoeningen'. Mijn praktijk heeft met bijna alle zorgverzekeraars een overeenkomst afgesloten. Bent u verzekerd bij een andere zorgverzekeraar, dan betaalt u de praktijktarieven. Deze kunt u bij mij opvragen. Zij worden in de regel gewoon vergoed.

## Afspraak maken

U kunt een afspraak maken in de praktijk. Raadpleeg hiervoor de openingstijden van de praktijk. Ook kunt u telefonisch een afspraak maken. Bel naar 010-5920253 of mail naar [info@fysiotherapieriemvis.nl](mailto:info@fysiotherapieriemvis.nl). Kunt u niet zelf naar de praktijk komen? Ik behandel ook aan huis.

## Openingstijden

<b>Maandag</b>	13.30 – 21.00 uur
<b>Dinsdag</b>	8.00 – 13.00 uur
<b>Woensdag</b>	8.00 – 17.30 uur
<b>Donderdag</b>	8.00 – 17.30 uur
<b>Vrijdag</b>	8.00 – 13.00 uur

