

Bewegingsagogie



Sport en bewegen is gezond, verbindt, is leuk en is niet leeftijdsgebonden. Toch kan actief blijven op oudere leeftijd een flinke uitdaging zijn. Onze bewegingsagogen helpen u hier graag bij.

Wat is bewegingsagogie?

Bij bewegingsagogie gaat het om het bieden van ondersteuning aan mensen die zelf (niet) meer goed kunnen bewegen. Sport- en bewegingsactiviteiten staan centraal om de psychosociale, lichamelijke, emotionele en cognitieve ontwikkeling te helpen verbeteren. De begeleiding is gericht op het activeren en optimaliseren van het bewegingsgedrag en de bewegingsvaardigheden. Dit kan via individuele begeleiding en/of groepsactiviteiten, waarbij plezier in het bewegen en een ontspannen en sportieve sfeer centraal staan.

Wat kan bewegingsagogie voor u betekenen?

- (Opnieuw) actief worden en blijven
- (Her)oriëntatie van de bewegingsmogelijkheden
- Beleven van plezier in bewegen binnen een sportieve setting
- Beleven van succeservaring
- Afname van bewegingsangst
- Ontspanning door inspanning
- Verbeteren, behouden en/of vertragen van afnemende ADL-functies*, conditie, kracht, coördinatie en mobiliteit
- Ondersteuning van de fysiotherapie en continueren van bewegingsactiviteiten na fysiotherapie
- Het brengen van structuur in het dagelijks leven door middel van bewegen

**ADL functies: hiermee wordt bedoeld de dagelijks terugkerende handelingen die iemand doet om zelfredzaam te kunnen zijn.*

Activiteiten via bewegingsagogie

Plezier in bewegen is voor iedereen anders en daarom bieden de bewegingsagogen van Kennemerhart maatwerk. Ze spelen in op de wensen en mogelijkheden van cliënten en doen dit in overleg met hen, de familie en de overige behandelaren zoals fysiotherapeuten die bij de cliënt betrokken zijn.

Denk hierbij aan diverse (aangepaste) vormen van sport- en spel zoals tafeltennis, balsporten, racketsporten, kracht-, conditie- en functionele training. Hierbij worden de zogenoemde ADL functies door middel van sport- en spelactiviteiten geoefend en getraind zoals fietsen en wandelen. Ook recreatieve bezigheden, gericht op bewegen en ontspanningsoefeningen, worden aangeboden.

Meer weten over bewegingsagogie bij Kennemerhart?

Bewegingsagogie wordt aangeboden op onze woonzorglocaties Schoterhof, Overspaarne, de Janskliniek, De Rijp en De Blinkert. Voor informatie kunt u contact opnemen met: (email en telefoon). Meer informatie of in contact komen met een bewegingsagoog? Zie onze website voor alle contactgegevens en werkdagen van de bewegingsagogen per locatie.

Vergoeding en verwijzing

U heeft in principe geen verwijzing nodig voor bewegingsagogie. Wilt u meer weten over vergoeding en eventuele verwijzing voor bewegingsagogie?

Kijkt u dan op onze website www.kennemerhart.nl

Kennemerhart biedt zorg aan mensen die ouder worden en ouder zijn. Cliënten én hun naasten kunnen rekenen op professionele, betrokken ondersteuning in de thuissituatie, in dag- of ontmoetingscentra, in één van de woonzorgcentra of via ons behandelcentrum. Onze kernwaarden: persoonlijk en op maat, met aandacht en in samenspraak én sociaal betrokken. Zorg die draait om de cliënt: dát is Kennemerhart!



kennemerhart

AANDACHT VOOR OUDER WORDEN

Behandelcentrum Kennemerhart

Ridderstraat 32

2011 RS Haarlem

Telefoon: 023 8 914 100

e-mail: behandelcentrum@kennemerhart.nl