

## Verwijzing en vergoeding

Ergotherapie is opgenomen in het basispakket van alle ziektekostenverzekeringen. Iedereen heeft recht op maximaal tien behandelingen per kalenderjaar. Sommige verzekeringen vergoeden meer.

De polis van uw zorgverzekeraar biedt u daarover meer inzicht. U heeft (tot 1 juli 2011) een verwijzing 'ergotherapie' van uw huisarts, specialist of bedrijfsarts nodig.

Voor meer informatie en aanmeldingen:  
[www.praktijk-de-zon.nl](http://www.praktijk-de-zon.nl)

“Het dagelijks leven een *kunst* op zich”

---

Huishouden relatie  
werk vrije tijd gezin  
opvoeding Ontspanning  
sociale contacten interesses  
school zelfzorg  
communicatie koken



Debby Klomp

Wilhelminastraat 75  
5104 GB Dongen  
06 - 169 18 793  
info@praktijk-de-zon.nl

[www.praktijk-de-zon.nl](http://www.praktijk-de-zon.nl)



van  **ergotherapienederland**



“Maakt werk van uw *dagelijks* leven”

---

Praktijk de Zon voor:

Ergotherapie bij psychische klachten  
Begeleiding bij hoog sensitiviteit  
Persoonlijke ontwikkeling

*Praktijk de Zon helpt u in de periode waarin u denkt: "Zo kan ik niet verder". U merkt dat het niet goed met u gaat. Het lukt u echter niet om grip te krijgen op uw dagelijkse leven.*

## *Ergotherapie bij psychische klachten*

De meest voorkomende problematiek:

- Stress gerelateerde stoornissen (spanningsklachten en burn-out)
- Angststoornissen (paniekaanvallen)
- Stemmingsstoornissen (depressie)
- Chronische pijn (rugpijn, hoofdpijn)
- Chronische vermoeidheid (ME / CVS)
- Lichamelijke aandoening (hart- en vaatziekten)

Uw ergotherapeut heeft specifieke kennis en ervaring op deze gebieden.

*Ergotherapie richt zich op uw dagelijks leven en specifiek op de activiteiten die u niet meer naar wens uit kunt voeren. U wordt ondersteund om het leven opnieuw inhoud en richting te geven, met aandacht voor problemen op alle levensgebieden en in elke levensfase. Praktijk de Zon is er voor jong en oud. Uw hulpvraag dient altijd als uitgangspunt waarbij wordt uitgegaan van de mogelijkheden met respect voor uw beperkingen.*

*"Aandacht voor de cliënt èn zijn **dagelijks** leven"*



### *Stress*

Een te hoge werkdruk, teveel drukte thuis, ingrijpende gebeurtenissen in het leven, ziekte, zorgen, problemen, conflicten of dagelijkse ergernissen kunnen stress opleveren. U kunt daardoor uit balans raken. Veel en langdurige stress kan psychische en/of lichamelijke klachten veroorzaken.

### *Ergotherapie helpt*

Ergotherapie heeft een positieve invloed op gezondheid en welzijn. Mensen krijgen meer vertrouwen in eigen kunnen en ervaren daardoor kwaliteit van leven. Depressieve mensen die ergotherapie krijgen, gaan gemiddeld drie maanden eerder weer aan het werk dan cliënten die geen ergotherapie ondergaan. Zij leerden onder meer stresssignalen sneller te herkennen.

## *Ergotherapie behandeling*

Bij Ergotherapie is de behandeling gericht op het opheffen, verminderen of compenseren van lichamelijke of psychische stoornissen, beperkingen of handicaps. De cliënt krijgt advies, instructie, training of behandeling om weer algemene dagelijkse of arbeid gerelateerde handelingen te kunnen verrichten en weer zo zelfstandig mogelijk te kunnen functioneren in zijn leef-, woon- of werksituatie.

(Bron: CVZ College voor zorgverzekeringen)

### *Begeleiding bij hoog sensitiviteit*

Hoog sensitiviteit is geen aandoening maar een aangeboren eigenschap. Iedereen heeft een bepaalde gevoeligheid. Een hoog gevoelig persoon heeft altijd een verhoogde gevoeligheid, waardoor ze makkelijker problemen kunnen ervaren in het dagelijks leven. Wanneer er sprake is van (dreigende) overbelasting dan kunt u voor persoonlijke begeleiding terecht bij Praktijk de Zon.

### *Persoonlijke ontwikkeling*

Heeft u behoefte om bij te komen van de hectiek van alle dag? Keer de dagelijkse drukte voor een moment de rug toe en houdt u bezig met ontspanning en persoonlijke ontwikkeling. Het helpt u op weg naar meer innerlijke rust, balans, zelfinzicht en levensvreugde.