

Ik zie mijn behandeling als een investering in je eigen gezondheid.

Door bij jezelf en je leven stil te staan, ben je vaak nog meer en sterker gemotiveerd om verantwoordelijkheid te her/nemen voor je eigen gezondheid. Na meer inzicht kun je weer keuzes maken die nodig en goed zijn voor het herstellen van je veerkracht en gezondheid.

Hierbij steun vragen is een goede stap. Ik begeleid je graag in dit proces.

Ik heb al mijn verplichte registraties en voldoe aan alle eisen opgesteld door mijn NFP specialisten beroepsgroep. Ik school mij met plezier regelmatig bij.



Hopend op een prettige samenwerking. In IJsselstein, Lopik, Benschop, en omstreken. Altijd open voor informatie en overleg. Met hartelijke groet,

Birgitte IJntema-Claessen

Senior Master Fysiotherapeut Psychosomatiek

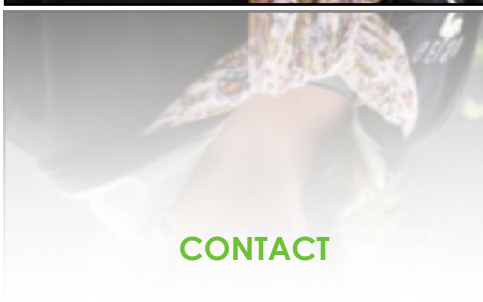
Aangesloten bij het KNGF/NFP

KvK nummer: 46259422

AGB code praktijk: 04086910

AGB code persoonlijk: 04069691

BIG registratie: 09033364004



birgitte@praktijkbirgitteclaessen.nl

www.praktijkbirgitteclaessen.nl

06-27568333

Praktijk Birgitte Claessen **Psychosomatische** **Fysiotherapie** **Ontspanning** **Veerkracht-Begeleiding** **voor kinderen en volwassenen**

Energieweg 7b
3401MD IJsselstein
06-27568333



Vanaf 1 september 2021 ben ik weer vol enthousiasme en energie aan het werk in IJsselstein. Na 1 jaar prettig te hebben gewerkt op mijn tijdelijke lokatie in Lopik een hernieuwd begin op mijn thuis-basis.

Ik heb mij vrij gevestigd naast collega Pieta Wittermans, manueel therapeut, op de Energieweg 7a, in mijn eigen prettige en lichte praktijkruimte. Wij delen een ruime wachtruimte en andere voorzieningen. Wij delen verder kennis, hebben overleg en verwijzen door indien gewenst.

VOOR WIE

Volwassenen en kinderen uit de regio met een licht tot ernstig complexe psychosomatische fysiotherapeutische hulpvraag kunnen bij mij terecht en zijn **van harte welkom**.

Uitgangspunt is de cliënt met lichamelijke klachten, die verband houden met gedachten, emoties en sociale omstandigheden en in de situatie waarin dit NU speelt.

DOOR WIE VERWEZEN

Meestal worden mensen doorverwezen door hun huisarts, POH-GGZ, psychologen, psychiaters, bedrijfsartsen, maatschappelijk werk en andere specialisten, paramedische collega's of vrienden/bekenden. Mensen vinden met de huidige communicatiemiddelen ook steeds vaker zelf hun weg naar mij.

Gezien de mogelijk aanwezige complexiteit ontvang ik graag een verwijzing voor Psychosomatische Fysiotherapie en, indien nodig en akkoord, voer ik kort overleg over het beloop van de behandeling. Een multidisciplinaire aanpak waarin we samenwerken en zo de zorg rondom de mens versterken.

KLACHTEN - *onder andere*

- Pijn, Spanning, Vermoeidheid
- Acute en Chronische klachten
- SOLK (lichamelijk onvoldoende verklaarde klachten)
- Slaapproblematiek
- Hyperventilatie - Adem disbalans
- Emotie disbalans - onzekerheid/ faalangst -> communicatie problemen
- Somberheid/Depressie
- Angst/Trauma (PTSS) - panieklachten
- Rouw / Verliesverwerking
- Overspanning - Burnout - Distress
- Zingeving/Levensloop-vragen

WERKWIJZE - *algemeen*

Ik zal dmv een combinatie van gesprek en onderzoek(50 minuten), de hulpvraag en de huidige situatie samen met de cliënt helder in kaart brengen. In overleg wordt bepaald welke aanpak het beste past, welke resultaten gewenst zijn, en binnen welk tijdspad dit haalbaar is. We kijken naar alle facetten rondom de hulpvraag en werken vanuit inzicht en acceptatie naar herstel en uiteindelijk voorkomen van terugval, het liefst preventief richting de toekomst. Met een milde en optimistische blik. Altijd weer een prachtig proces; **mensen via hun lichaam weer contact laten maken met zichzelf, hun veerkracht en herstellvermogen.**

INTERVENTIES - *onder andere*

- Lichaamsbewustwording
- Ontspanningstechnieken
- Integratieve energie massages
- Adembewustwording
- Rouw-Verlies begeleiding
- Mindfulness, MBSR
- Mindful wandelen, beweegadvies
- Coaching Bewustwording Intuïtie
- Verbindende communicatie
- ACT(acceptatie)-REBT-NLP technieken
- Haptische oefeningen
- Afgeleide familie opstelling

De psychosomatische behandeling geeft jou vanuit acceptatie weer **inzicht, veerkracht en vertrouwen**. Een goede basis voor herstel van je lichamelijke klachten, je mentale balans en algehele belastbaarheid.

AANVULLENDE INFORMATIE

Ik werk zonder contracten met zorgverzekeraars. Dit betekent dat ik meer tijd en optimale aandacht heb voor onderzoek en een inhoudelijke goede en aandachtige behandeling. Mensen dienen zelf bij hun zorgverzekeraar na te vragen welk percentage wordt vergoed en welk deel ze zelf moeten betalen. Dit verschilt per verzekeraar en per polis. Soms betaalt een werkgever.