

NIEUWSBRIEF JULI 2020



Thuiswerken? Neem deze regels in acht:

1. Kies een stoel met goede ondersteuning van rug en onderarmen.
2. Zet het beeldscherm op ooghoogte en een armlengte afstand.
3. Zet uw bureau op dezelfde hoogte als de armleggers van uw stoel.
4. Wissel om het half uur van houding.
5. Wissel taken af, waardoor u beter uw aandacht kunt verdelen.
6. Doe elk uur 5 minuten ontspanningsoefeningen voor nek en schouders.
7. Zorg voor zo min mogelijk afleiding. Ruim uw bureau op.

KAN IK TIJDENS MIJN VAKANTIE NAAR EEN FYSIOTHERAPEUT IN HET BUITENLAND?

Fysiotherapie in het buitenland wordt alleen vergoed als het zorg betreft vanuit de basisverzekering. Voor behandeling door een fysiotherapeut in het buitenland moet u vooraf altijd een aanvraag indienen. De aanvraag moet voorzien zijn van een onderbouwing van uw behandelend fysiotherapeut waarom de fysiotherapeutische zorg in het buitenland noodzakelijk is.

Wanneer fysiotherapie als spoedeisende zorg noodzakelijk is, wordt de fysiotherapeutische behandeling in het buitenland vergoed. De (para)medisch adviseur van uw zorgverzekeraar beoordeelt of fysiotherapie spoedeisende zorg is.

