



## Nieuwsbrief Februari

### **Voorstellen nieuwe medewerker, Lars Schäfer**

Vanaf 9 februari komt Lars Schäfer ons team versterken. Lars is momenteel vierdejaars student en zal in juni afstuderen. Hij zal ons ondersteunen in de oefenzaal en zal, onder begeleiding, starten met het behandelen van patiënten.

### **Aangepaste openingstijden i.v.m. Carnaval**

In verband met Carnaval zijn wij gesloten op:

- **Maandag 16 februari**
- **Dinsdag 17 februari**

### **Nieuwe openingstijden Fitness**

Vanaf februari hanteren wij aangepaste openingstijden voor de fitness. Hieronder vindt u een overzicht van alle momenten waarop het mogelijk is om te fitnessen:

#### **Maandag**

- 08.00 – 10.00 uur
- 11.00 – 16.30 uur

#### **Dinsdag**

- 08.00 – 10.00 uur

#### **Woensdag**

- 08.00 – 11.00 uur
- 15.00 – 17.00 uur

#### **Donderdag**

- 08.00 – 10.00 uur
- 11.00 – 14.00 uur

## Vrijdag

- 08.00 – 10.00 uur
- 14.00 – 17.00 uur

## Reuma? Blijven bewegen helpt!

Reuma wordt vaak geassocieerd met pijn en stijfheid, maar wist je dat de juiste beweging één van de beste manieren is om klachten te verminderen? Reuma kan op elke leeftijd voorkomen en ziet er bij iedereen anders uit.

Wat wél voor iedereen geldt: **in beweging blijven is essentieel.**

Met de juiste fysiotherapeutische begeleiding werk je veilig aan kracht, conditie en soepelheid. Geen zware sportprestaties, maar oefeningen die passen bij jouw lichaam en jouw belastbaarheid. Kleine stappen maken vaak al een groot verschil in hoe je je voelt.

Bij fysiotherapie kijken we niet alleen naar de klachten, maar vooral naar wat wel mogelijk is. Samen zorgen we ervoor dat bewegen weer vertrouwen geeft en soms zelfs een beetje plezier.

Heb je vragen of wil je weten wat fysiotherapie voor jou kan betekenen bij reuma?

Bel ons op 045 7111655 of stuur ons een Whatsapp bericht naar 06-58016984



Fijne carnavaal gewenst! Veel plezier en we zien jullie na carnavaal graag weer in beweging terug. Alaaf!