

Praktijk voor Oefentherapie Cesar



Marieke Gerritsen & Carla Hanegraaf

Een oefentherapeut werkt samen met u aan beter bewegen.



De oefentherapeut
zoekt samen met u
naar een optimale
houding.





Optimaal bewegen
en bewustwording.

De oefentherapeut helpt bij:

Hoofdpijn en spanningsklachten

Rug- en bekkenklachten

Arm-, nek- en schouderklachten

Arbeidsrelevante klachten

Heup-, knie- en voetklachten

Ademhalingsklachten

Houding- of bewegingsklachten

Motorische klachten

Chronische aandoeningen

Slaapproblemen



De oefentherapeut geeft oefeningen afgestemd op uw dagelijks leven



De oefentherapeut helpt u klachten aan te pakken en te voorkomen

Belangrijk zijn
zitten, staan,



bukken, tillen
en looptraining.





Ontspannings- & ademhalingsoefeningen (evt. methode van Dixhoorn)



SLAAPOEFENTHERAPIE

professionele hulp bij slaapproblemen

Voor hulp bij:

- Niet in slaap kunnen komen
- Niet kunnen doorslapen
- Te vroeg wakker worden
- Burn-out / vermoeiend
- Invloeden op je slaapkwaliteit

Kinderoefentherapie Cesar

Deskundige en individuele aandacht voor het bewegen van uw kind.



Zit met Pit!

Leer met Pietje Pit hoe uw kind moet zitten bij het gamen, computeren en het gebruiken van een tablet. Om klachten te behandelen en/of te voorkomen. 5 lessen voor uw kind, informeer bij ons!



Wanneer behandeling door een Kinderoefentherapeut Cesar?

Mijn kind is zo onhandig en valt vaak

Mijn kind kan niet goed fietsen zonder zijwieltjes

Het zwemmen wil telkens niet lukken

Mijn kind schrijft zo slordig of gespannen

Mijn kind heeft geen interesse in tekenen/knutselen

Mijn kind heeft een slechte houding

Motorische problemen bij diagnoses: DCD, PDD-NOS, NLD, ADHD en dyslexie



Tot ziens bij Carla & Marieke



0485 - 32 15 32 – Behandelkamer 11

cesar@levix.nl

www.cesarcuijk.nl

www.gezondheidscentrumcuijk.nl