



Handbalvereniging BDC '90 en WIJKEL Fysiotherapie werken vanaf 1 januari 2022 samen om de medische begeleiding binnen BDC '90 te verbeteren. Hierbij zet BDC '90 weer een volgende stap in de verdere (kwalitatieve) groei en biedt zij haar leden een professionele zorgpartner waar zowel preventieve als regressieve zorg geboden kan worden.

Wijkkel Fysiotherapie komt zowel in de voorbereiding als in de winterperiode de senioren- en A-teams meten op diverse handbal specifieke vaardigheden. Zodoende wordt de voortgang én het resultaat van de trainingsarbeid in kaart gebracht en kunnen specifieke trainingsaccenten per speler worden bepaald. Uiteraard biedt Wijkkel Fysiotherapie de behandeling van spelers met blessures. Ook verzorgt Wijkkel Fysiotherapie, op het einde van ieder kalenderjaar, een overzichtelijk verzekeringsoverzicht voor alle leden die een overstap van zorgverzekering overwegen.



Foto: Mark Vonken (BDC'90) en Daniël Habets (Wijkkel Groep)

## Wijkkel Sportfysiotherapie

Wijkkel Groep is vanaf 2007 een specialistisch fysiotherapie bedrijf met aanvullende dienstverlening gericht op leefstijl en coaching. Eén van de specialisaties (én passies van eigenaar Ben Wijkkel) betreft het gebied van Sportfysiotherapie. De sportfysiotherapeut richt zich met name op de behandeling en het voorkomen van sportblessures en het is dan ook voor BDC '90 belangrijk dat dit voor haar leden op een vertrouwde en professionele plek wordt aangeboden.

De behandelingen vinden plaats op drie verschillende praktijken namelijk in Heerlen Centrum, Heerlen Noord en Brunssum. Hierbij worden de behandelingen ondersteunt door een actieve revalidatie in de oefenruimten die bij in de praktijken zijn ondergebracht. De sportfysiotherapeut laat de behandeling zo veel als mogelijk aansluiten bij de beoefende sport of het doel van de sporter. Hierbij wordt gebruik gemaakt van moderne – en functionele trainingsapparatuur. De revalidatietraining wordt zonodig ondersteund door manuele behandeltechnieken, dry needling, EPTE of Medical Taping. Zodoende vindt er begeleiding plaats op het hele behandel- en revalidatieproces en kan de sporter op een verantwoorde manier terugkeren op het handbalveld.

Wijkkel fysiotherapie beschikt tevens over extended scope. Dit wil zeggen dat een gespecialiseerde fysiotherapeut een (para)medisch diagnostisch consult kan afnemen en waar nodig met gebruik van echografie met als doel voor de sporter de juiste zorg op de juiste plek te krijgen. Er wordt dan ook gebruik gemaakt van korte lijnen met medisch specialisten.

De sportfysiotherapeut richt zich echter niet alleen op herstel van de blessure. Er wordt tevens voor gezorgd dat de aanwezige klachten niet meer terugkomen. Naast het behandelen van de blessure wordt er dus veel aandacht besteedt aan preventieve en versterkende oefeningen.

## Wat kunnen wij verwachten?

Vanaf 1 januari 2022 start de samenwerking tussen Wijkkel Fysiotherapie en BDC '90. Voor de leden van BDC '90 betekent dit dat zij het volgende kunnen verwachten.

### Professionele en goede zorg bij blessures

Een handballer die geblesseerd is wil weer zo snel mogelijk spelen. De Sportfysiotherapeut kan hierbij ondersteuning verlenen door een snelle gerichte fysiotherapeutische diagnose, de aansluitende behandeling, blessureadvies te geven, een aangepast trainings- of oefenschema te geven of te zorgen voor een snelle doorverwijzing naar een specialist in het kader van de ketenzorg.

Wanneer een speler geblesseerd raakt, meldt de speler zich uiteraard bij de trainer van zijn team. Mocht er fysiotherapie noodzakelijk zijn dan kan de speler, bij jeugdleden in overleg met de ouders, contact opnemen met de Wijkkel Fysiotherapie. Dit is een vrije keuze en er is geen verwijzing van de huisarts nodig om een afspraak te maken. Wanneer de speler (ouder van de speler) een aanvullende verzekering heeft worden de behandelingen door de zorgverzekeraar vergoed.

Alle behandelingen die worden uitgevoerd door de Sportfysiotherapeut worden gedeclareerd via de eigen zorgverzekeraar. Zorg dat jij of jouw zoon of dochter hiervoor dan ook goed voor verzekerd is en controleer de polisvoorwaarden! De afspraken voor fysiotherapeutische behandelingen of revalidatietrainingen worden gemaakt met de desbetreffende sportfysiotherapeut. Deze speler dient op de afgesproken tijd(en) aanwezig te zijn bij één van de praktijken van Wijkkel voor een eventuele revalidatietraining onder begeleiding van de sportfysiotherapeut.

### Sportmetingen

In de voorbereiding en winterperiode komt een team van Wijkkel Fysiotherapie onze senioren- en A-teams op een trainingsavond in sporthal Strijthagen meten op verschillende motorische en specifieke handbaltechnische vaardigheden. Denk hierbij aan :

- Korte sprintsnelheid
- Startsnelheid
- Sprongkracht
- T-test
- Lenigheid
- Core Stability

Vanuit de zogenaamde nul- en voortgangsmetingen ontstaat er per speler een beeld ten opzichte van de landelijke gemiddelden. Hiermee wordt de ontwikkeling in kaart gebracht en kan er gericht aandacht gegeven worden aan nog te ontwikkelen vaardigheden.

### Verzekeringsoverzicht

Handbal is een blessuregevoelige sport. Hierdoor komt een bezoek aan de fysiotherapeut geregeld voor bij onze leden. Om juist dan te kunnen vertrouwen op een onbezorgde behandeling is het goed om voldoende verzekerd te zijn. Daarom biedt Wijkkel Fysiotherapie ieder jaar een overzicht van de verschillende zorgverzekeringen aan. Hiermee kunnen onze leden voor zichzelf een goede afweging maken of hun zorgverzekering goed afgesloten is of misschien beter overgesloten kan worden.