

A photograph of two women in a kitchen. The woman on the right, with blonde hair and wearing a blue sweater, is smiling and peeling a yellow apple with a peeler. The woman on the left, with dark curly hair and wearing a blue shirt, is looking at her and smiling. In the background, there are wooden kitchen cabinets and a white tiled wall. On the counter, there is a red cutting board with apple peels and a small red bowl.

**Revalideren
bij Heliomare
(poliklinisch).**



Welkom bij Heliomare.

Heliomare is ruim 90 jaar specialist in de behandeling en begeleiding van mensen met complexe beperkingen. Onze professionals bieden medisch specialistische revalidatiezorg voor mensen met een tijdelijke of blijvende beperking. Samen met u werken wij doelgericht aan uw herstel. Welkom bij Heliomare!

In deze folder vindt u algemene en praktische informatie over poliklinische revalidatiebehandeling bij Heliomare.



Uw revalidatiebehandeling

Wij vinden het belangrijk dat u goed bent voorbereid op uw revalidatiebehandeling. We hebben daarom een korte film gemaakt, met informatie over uw eerste bezoek en onderzoek bij Heliomare. Via de e-mail ontvangt u een link naar deze film.

Voordat uw revalidatie begint vragen wij om online een vragenlijst in te vullen. Deze vragenlijst helpt ons om een goed beeld te krijgen van uw situatie. Aan het einde van de behandeling vult u de vragenlijst nog een keer in. Zo kunt u zelf zien of u vooruitgang maakt.

Eerste gesprek

Bij uw eerste bezoek aan Heliomare heeft u een gesprek (consult) met de revalidatiearts. Voor het consult bij de revalidatiearts meldt u zich bij de balie van de polikliniek waar onze medewerker uw identiteitsbewijs en verzekeringsgegevens controleert. In de uitnodigingsbrief voor uw eerste dag bij Heliomare leest u waarom wij dit doen. De revalidatiearts beoordeelt of u in aanmerking komt voor een revalidatiebehandeling. Het kan ook zijn dat u niet in aanmerking komt voor een behandeling bij Heliomare of dat een behandeling elders beter bij u past, wij geven u daarover advies.

Bij de polikliniek van Heliomare zijn verschillende behandelprogramma's mogelijk.

- Behandelprogramma Aanhoudende pijn
- Behandelprogramma Functioneel neurologische stoornis (FNS)
- Algemeen revalidatieprogramma.

Onderzoek en behandeling

Het vervolg na het consult met de revalidatiearts is afhankelijk van het behandelprogramma dat u gaat volgen. U vindt daarover meer informatie in de desbetreffende flyer en overzicht behandeltraject. Als u voor een algemeen revalidatieprogramma in aanmerking komt, bespreekt de revalidatiearts met u welke behandelingen wenselijk zijn in uw situatie. Er zijn verschillende mogelijkheden, zoals:

- fysiotherapie
- manuele therapie/haptotherapie
- ergotherapie
- bewegingsagogie (bewegen en sporten)
- hydrotherapie (in ons zwembad)
- maatschappelijk werk
- psychologie
- re-integratiedeskundige.

U spreekt af hoeveel dagen of dagdelen u voor behandeling naar Heliomare komt en op welke dagen dat voor u mogelijk is. De revalidatiearts laat u weten of er sprake is van een wachttijd tot de start van uw behandeling. De behandeling bij Heliomare is voor u op maat gemaakt. We bespreken de behandeling regelmatig en stellen deze bij als dat nodig is. De behandeling wordt gedeeltelijk in groepen aangeboden. Indien noodzakelijk zijn er ook gesprekken telefonisch of via beeldbellen met Microsoft Teams.

Aandacht voor werk

Tijdens het eerste gesprek met de revalidatiearts bespreken we uw werkomstandigheden. U kunt aangeven of u ondersteuning en/of begeleiding wilt bij uw werksituatie. Ook als u geen werk heeft en graag weer wilt werken, kunt u dit aangeven. De re-integratiedeskundige van Heliomare Arbeidsintegratie beantwoordt uw vragen, geeft advies en bekijkt wat nodig is op het gebied van werk en/of re-integratie. U kunt hierover meer lezen op onze website onder de knop Arbeidsintegratie.

Planning van de behandeling

De revalidatiebehandeling duurt gemiddeld 13 weken. Wij vragen u in verband met inroosteren van de behandelingen tenminste 3 dagen beschikbaar te zijn. De afdeling planning neemt voor de behandeling contact op om u te informeren over de start van uw behandeling en op welke dagen u bent ingedeeld. De behandeling plannen we op werkdagen tussen 08:30 uur en 17:00 uur. We houden zoveel mogelijk rekening met uw beschikbaarheid en wij proberen de therapieën zo goed mogelijk op elkaar te laten aansluiten. De wachttijd tussen de therapieën bedraagt maximaal 1 uur, exclusief lunchpauze. Groepstherapieën vinden plaats op vaste tijdstippen en kunnen niet worden verplaatst.

Over uw behandeling

Per e-mail ontvangt u elke week op donderdag voor 15:00 uur het therapierooster. Hierop staat wanneer u in Heliomare wordt verwacht. Ook kunt u het therapierooster via het patiëntenportaal inzien. Is e-mail ontvangen voor u niet mogelijk of wenselijk, dan sturen we het programma per post. Wanneer u het therapierooster op zaterdag nog niet heeft ontvangen, neem dan contact op met onze receptie. De receptionistes hebben geen inzage in uw dossier maar wel in het therapierooster. Op werkdagen kunt u met vragen over uw therapierooster terecht bij de afdeling planning.

Actieve deelname.

Open staan en een actieve deelname aan de behandeling heeft een positief effect op het eindresultaat van uw behandeling. We stimuleren u om het geleerde direct toe te passen in uw dagelijks leven. Zo ervaart u wat voor effect het heeft op uw klachten.

Aan het begin van de behandeling tekent u een behandelingsovereenkomst waarin we de afspraken vastleggen die we samen hebben gemaakt. Zorg er dus voor dat u het programma kunt volgen. Misschien moet u daarvoor thuis of met uw werkgever zaken regelen.

U kunt afspraken alleen afzeggen als het echt niet anders kan. Bent u een keer verhinderd en u weet dit al ruim van tevoren, geef dit dan zo spoedig mogelijk door aan onze afdeling planning. Bent u ziek, wordt u opgenomen in het ziekenhuis of is er een andere reden waardoor u onverwacht niet kunt komen? Neem dan contact op met de afdeling planning, zodat zij de behandelaars kunnen informeren over uw afwezigheid.

Als u tijdens de behandeling op vakantie wilt, bespreek dit dan vooraf met uw revalidatiearts. Voor een vraag aan of een afspraak met de revalidatiearts kunt u contact opnemen met het secretariaat polikliniek. Revalideren brengt verwachtingen en vragen met zich mee. Aarzel niet om uw vragen aan uw behandelaars te stellen.

Einde van uw behandeling

Aan het einde van uw behandelperiode heeft u een afrondend gesprek met uw revalidatiearts. Na drie maanden heeft u nog een afspraak met iemand van het behandelteam. Soms is dit met de groep waarmee u bent gestart, en anders individueel.

We bekijken dan samen de resultaten en wat er goed en minder goed ging.

Verder krijgt u in de laatste week van uw traject van ons sportbureau een persoonlijk beweegadvies. U kunt dan in uw woonomgeving een geschikte sportschool of -vereniging zoeken. Woont u in de buurt van Wijk aan Zee, dan kunt u in ons Beweeg- en sportcentrum blijven sporten onder deskundige begeleiding.

Laat u een waardering achter?

Wij stellen het op prijs als u een waardering plaatst op Zorgkaart Nederland. Daarmee helpt u anderen die een keuze willen maken voor een behandeltraject bij Heliomare. www.zorgkaartnederland.nl.



Uw medische gegevens.

In Heliomare gaan we zorgvuldig om met uw (medische) gegevens die zijn opgeslagen in een elektronisch dossier. Ontwikkelingen om medische gegevens met u te delen zijn bij Heliomare in volle gang.

Uw Elektronisch Patiënten Dossier

In Heliomare werken we met een Elektronisch Patiënten Dossier (EPD). Hierin staan al uw (medische) gegevens, inclusief rapportages van uw behandelteam. Meer informatie over hoe wij met uw gegevens omgaan en wat uw rechten zijn, vindt u op www.heliomare.nl/dossier.

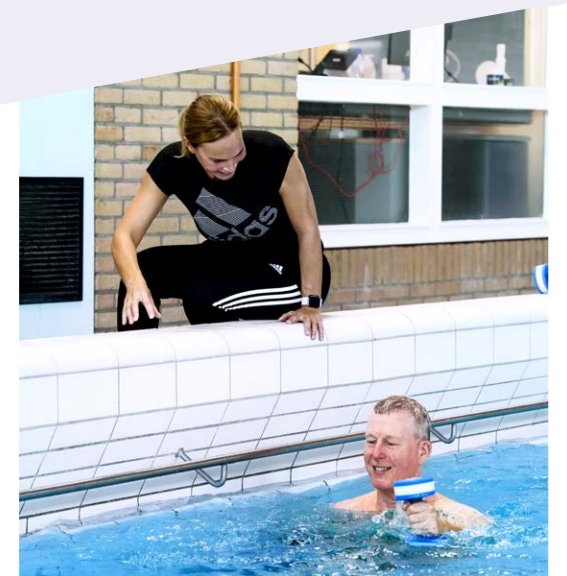
Patiëntenportaal

Omdat u bij ons in revalidatiebehandeling bent, heeft u inzage in uw digitale revalidatiedossier via het patiëntenportaal. Het is de bedoeling dat u uw afspraken daar kunt bekijken, relevante medische gegevens en uitslagen van uw onderzoek vindt of de correspondentie kan lezen tussen uw behandelend arts en andere medische specialisten. U kunt hier ook controleren of de juiste persoonsgegevens zijn geregistreerd. Als u toegang wenst tot uw dossier, kunt u dat bij de afdelingssecretaresse aangeven. Zij zal uw dossier voor inzage

activeren. U logt in met uw DigiD+ gegevens, in een veilige online omgeving, waar en wanneer u maar wilt. Meer informatie vindt u op www.heliomare.nl/dossier.

Uw Persoonlijke Gezondheidsomgeving

Steeds meer patiënten maken gebruik van een persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO). Dit is een app of website waarin u gratis een kopie kunt ophalen van uw medische gegevens. Veelal kunt u ook zelf gemeten gegevens over uw gezondheid toevoegen. Bijvoorbeeld bloeddruk of gewicht. Er zijn verschillende PGO's waar u uit kunt kiezen. Meer informatie over het PGO vindt u op www.heliomare.nl/dossier.



‘Therapie in warm water is weldadig!’

Praktische zaken.

Voor uw eerste bezoek aan Heliomare verwelkomen wij u graag op onze locatie in Wijk aan Zee.

Algemene gegevens

Behandelcentrum Specialistische Revalidatiezorg

Relweg 51, 1949 EC Wijk aan Zee

Postbus 78, 1940 AB Beverwijk

T 088 920 88 88

E info-revalidatie@heliomare.nl

Op onze website www.heliomare.nl, vindt u onder het kopje 'Over Heliomare' informatie over onder andere:

- Rechten en plichten
- Vertrouwenspersoon
- Inspraakorganen waaronder de centrale cliëntenraad
- Klachten, suggesties en privacy

Belangrijke telefoonnummers

Receptie: 088 920 88 88

Planning: 088 920 84 77

Teamsecretariaat
revalidatieartsen: 088 920 84 80

Parkeren

Uw kunt op het terrein van Heliomare parkeren. U kunt zich bij de slagbomen melden. Bij de receptie kunt u een gratis uitrijkaart krijgen.

Eten en drinken

De Orangerie is een ontmoetingsruimte en restaurant. U kunt hier de hele dag terecht voor koffie, thee of kleine versnaperingen. Tegen betaling kunt u broodjes, beleg, frisdranken en snacks krijgen.

Ruimte

Wilt u tussen de therapieën even rusten, dan kunt u gebruik maken van de ruimte. U kunt deze ruimte reserveren bij de receptie in de centrale hal.

Kluisjes en kleding

Uw persoonlijke eigendommen kunt u opbergen in kluisjes bij het zwembad en de sporthal. De borg hiervoor is € 2,-. Bij de sporthal en het zwembad zijn douches waar u gebruik van kunt maken. Wij adviseren u om makkelijk zittende kleding en prettige schoenen te dragen. Voor hydrotherapie (therapie in het water) heeft u zwemkleding en een handdoek nodig.

Mobiele telefoon/tablet

Wij vragen u om tijdens de behandelingen en het consult bij de revalidatiearts uw mobiele telefoon uit te zetten tenzij u perse bereikbaar moet zijn. Wilt u een foto of video maken? Vraag dan toestemming aan de personen die op de foto/video staan. Dit geldt ook voor het personeel van Heliomare dat in beeld komt. Voor kinderen onder de 18 jaar moeten ouders of verzorgers hiervoor toestemming geven.

Taxikostenvergoeding

Als sprake is van een medische indicatie, kunt u bij uw zorgverzekeraar vergoeding van taxivervoer aanvragen. Wij adviseren u om hierover vooraf informatie in te winnen bij uw zorgverzekeraar over de eigen bijdrage en het eventueel voorgeschreven taxibedrijf.

Verzekering/aansprakelijkheid en persoonlijke eigendommen

Heliomare heeft een aansprakelijkheidsverzekering. Ook de persoonlijke aansprakelijkheid van patiënten is meeverzekerd: dit is schade door patiënten toegebracht aan derden (personeel, leveranciers, vrijwilligers en medepatiënten). U bent verder zelf verantwoordelijk voor uw meegebrachte persoonlijke eigendommen. Het revalidatiecentrum is een open instelling en ondanks de nodige voorzorgsmaatregelen bestaat toch altijd kans op diefstal. De directie stelt zich hiervoor niet aansprakelijk.

Honden

Honden en andere huisdieren zijn bij Heliomare niet toegestaan. Uiteraard wordt een uitzondering gemaakt voor hulphonden of blindengeleidehonden.

Hulp bij persoonlijke verzorging

Heeft u hulp nodig bij bijvoorbeeld gebruik van het toilet, dan kunt u bij de receptie hierom vragen.

Veiligheid

Het is voor iedereen belangrijk zich veilig te voelen in Heliomare. Ongewenst gedrag wordt bij Heliomare niet getolereerd. Onder ongewenst gedrag verstaan wij lichamelijk geweld, verbaal geweld en andere vormen van agressiviteit.



Roken is op het terrein van Heliomare niet toegestaan. We rekenen op uw medewerking.

We gaan daarover in gesprek. Mogelijk kan dit gevolgen hebben voor uw behandeling. Wordt u zelf geconfronteerd met ongewenst gedrag, bespreek dit dan met een van uw behandelaren. Het verplegend personeel en de receptionisten hebben een speciale alarmknop voor dit soort situaties.

De Centrale Cliëntenraad is er voor u

Bij Heliomare werken we dagelijks aan verbetering van de kwaliteit van onze dienstverlening. Uw inbreng is daarbij belangrijk. Die inbreng is geregeld in de Wet Medezeggenschap Cliënten Zorginstellingen (WMCZ). Bij Heliomare is de inspraak van cliënten belegd bij de Centrale Cliëntenraad (CCR). De raad bestaat uit cliënten en ex-patiënten/ex-clianten van Heliomare. De Centrale Cliëntenraad geeft gevraagd en ongevraagd advies en spreekt regelmatig met het management en de Raad van Bestuur. Als u ergens tegenaan loopt of ideeën heeft die patiënten ten goede komen, kunt u dat met het behandelteam of revalidatiearts bespreken. Vindt u dat lastig of gaat het meer de hele organisatie aan, dan is de Cliëntenraad er voor u. U kunt de Cliëntenraad een bericht sturen via ccr@heliomare.nl.





Heliomare is lid van brancheorganisaties Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ) en Revalidatie Nederland (RN).

Juni 2025

Heliomare
Revalidatie

Relweg 51
1949 EC Wijk aan Zee

T 088 920 88 88
E info@heliomare.nl

www.heliomare.nl
   [@heliomare](https://twitter.com/heliomare)

onderwijs

revalidatie

arbeidsintegratie

bewegen & sport

research & development