



# Hydrotherapie

Behandeling volwassenen

**Libra**

REVALIDATIE  
AUDIOLOGIE



*Als het leven een nieuwe balans vraagt*

Bij hydrotherapie oefent u het bewegen in een zwembad met warm water. Dit gebeurt in een groep of individueel, op onze locaties in Blixembosch of Leijpark. U krijgt hier begeleiding van bewegingsagogen, die hiervoor speciaal zijn opgeleid. In deze folder leest u meer over deze therapie, het zwembad en de badregels.

## Voor wie?

Met hydrotherapie proberen we de lichamelijke belastbaarheid te verhogen van mensen met een functiebeperking of chronische ziekte, zoals een dwarslaesie, amputatie of spierziekte. Ook na een hersenbloeding, herseninfarct of andere neurologische aandoening wordt hydrotherapie gegeven.

## Doelen

Mogelijke doelen van hydrotherapie zijn:

- lopen;
- zwemmen;
- ontspannen;
- kracht- / conditie- / balanstraining;
- vergroten van zelfvertrouwen in bewegen;
- zoeken naar een geschikte bewegingsactiviteit;
- plezier in bewegen.

## Het zwembad

### Hoe kom ik bij het zwembad?

Voor hydrotherapie wordt u niet opgehaald in de wachtruimte. Het is de bedoeling dat u zelf naar het zwembad komt en zich omkleedt. De zwembadruimte is volledig rolstoeltoegankelijk. Zo zijn er speciale kleedruimtes, douches en toiletten.

## Omkleedkamers

Er is een algemene kleedruimte met kledingkluisjes. Voor deze kluisjes heeft u een muntje van € 0,50 of € 1,00 nodig. Daarnaast zijn er omkleedcabines met verstelbare banken (verstelbare banken enkel op locatie Blixembosch). Hier kunt u eventueel uw kleding laten liggen.

## Zwembad

Het zwembad is 12.50 bij 6.00 meter en heeft een verstelbare bodem. De temperatuur van het water is 32,0 tot 32,5 graden. Ook het zwembad zelf is toegankelijk voor zowel rolstoel als rol-lator en heeft een brede trap met twee leuningen. Een liftstoel en liftbrancard zijn aanwezig.

## Badregels

Wij vragen u uw eigen badkleding, slippers en handdoek mee te brengen. Als u of uw begeleider met schoenen het zwembad binnen gaat, moet u overschoenen aantrekken. Deze liggen bij de toegangsdeuren van het zwembad. Uit hygiënisch oogpunt vragen wij u eerst te douchen voor u het water in gaat. Als u wondjes heeft, raden wij u aan vooraf even contact op te nemen met de begeleiding. Zij bekijken of het nodig is om deze waterdicht af te plakken.

## Meer informatie

Deze folder is een aanvulling op de mondelinge informatie van uw behandelaar. Heeft u nog vragen of mist u informatie? Neem dan contact op met uw behandelaar of kijk op onze website [www.libranet.nl](http://www.libranet.nl).

Aan deze folder kunnen geen rechten worden ontleend.

# Libra

REVALIDATIE  
AUDIOLOGIE



## LIBRA REVALIDATIE

Toledolaan 2  
5629 CC Eindhoven

Vogelsbleek 1  
6001 BE Weert

Prof. Stoltehof 3  
5022 KE Tilburg

Nieuwstraat 70  
5691 AG Son

Kinder- en jongerencentrum Leijpark  
Professor van Buchemlaan 20  
5022 KB Tilburg

[www.libranet.nl](http://www.libranet.nl)

088 313 20 00

