

## Activiteiten gericht op behandeling bij:

- chronische vermoeidheid
- burn-out klachten
- fibromyalgie
- vermoeidheid na kanker
- hart- en longrevalidatie
- ernstig overgewicht
- begeleiden van (top) sporters

## Wat bieden wij:

- diagnostiek bij fysieke klachten
- onderzoek
- meten en testen
- training en therapie
- coaching
- advisering
- ademtherapie
- begeleiding
- preventie
- observatie
- geschoolde medewerkers
- kwaliteitsbewaking
- hoge score

## Wat zijn de kosten:

De totale kosten van het ECM traject bedragen in totaal € 255,-. Dit omvat de intake, test en hertest en de trainingsperiode van 8 weken.

Indien u na deze periode blijft trainen in onze oefenzaal dan wordt het abonnement verlengd.



In overleg met de fysiotherapeut kunnen trainingstijden worden afgesproken.



### Provitaal Fysiotherapie Meeden

Meidoornlaan 2, 9651 AX Meeden

Telefoon: (0598) 61 31 72

E-mail: [info@provitaal.nl](mailto:info@provitaal.nl)

Website: [www.provitaal.nl](http://www.provitaal.nl)



# Energy Control

Altijd moe?

Fibromyalgie?

Burn-out?

Chronisch vermoeid?

Gewoon moe!

Vermoeidheid na kanker?

Ernstig overgewicht?

## Herstel na vermoeidheid?

Uitgeteld...opgebrand....afgeknapt...  
roofofbouw gepleegd..... werkdruk?

### De oplossing....? Energy Control!

Voelt u zich aangesproken? Dan is dit de oplossing voor uw probleem! U kunt bij ons terecht in een aangepast training- en therapieprogramma om weer de broodnodige energie terug te krijgen en u levenlustig te voelen.

Het is onze visie; een volledig ontregelde energie huishouding bij mensen die lijden aan (onverklaarbare) vermoeidheid te laten herstellen.

De Energy Control methode leert u anders omgaan met uw energie. Een deelname aan dit programma geeft u inzicht in de klachten en biedt u de nodige oplossingen.

### Een actief, energiek leven is géén utopie!

Het verstoorde ademhalingspatroon met de te snelle ademhaling zorgt ervoor dat het lichaam in de hardwerk-, vecht- en/of vluchtstand gaat en blijft staan terwijl er bijna géén inspanningen worden verricht.

Mensen met een te hoge ademhalingsfrequentie zijn de hele dag bezig met het uitputten van hun energievoorraden, zowel in rust als bij inspanning. Geen wonder dat u moe en uitgeput bent en spierpijn krijgt.



### De “CO2ntrol”

De basis van de Energy Control methode is gelegd door inspanningsdeskundige Stans van der Poel. Als longfunctielaborant was zij werkzaam in verscheidene ziekenhuizen. De vele metingen van ademhaling en verbranding hebben haar inzicht gegeven dat hoge ademfrequenties enerzijds leiden tot en onderhouden van disbalans en anderzijds tot energieverlies.

Haar uitvinding, het meetinstrument de “CO2ntrol” met bijbehorende software maakt het mogelijk voor iedereen een training- en therapieprogramma samen te stellen, gebaseerd op de persoonlijke testwaarden.

### Methode

Iedereen die een test komt doen zal uitgebreid de tijd krijgen om rustig te vertellen wat de klachten zijn. Velen hebben al meerdere malen gezocht naar een oplossing en wij zullen dan ook helder en duidelijk uitleggen wat we gaan doen en wat er verwacht kan worden door middel van een gerichte anamnese en vragenlijst gevolgd door diverse relevante metingen en een belastbaarheids/ inspanningstest met behulp van de “CO2ntrol”.

Aan de hand van alle verzamelde gegevens wordt uw persoonlijke schema opgesteld dat de glucose voorraad naar gezonde waarden terug brengt, zodat u weer gezond en fit door het leven gaat.

U wordt vervolgens onder professionele begeleiding gecorrigeerd, gemotiveerd en waar nodig afgeremd. Als cliënt vult u periodiek checklisten in, tijdens de training wordt u gecontroleerd door middel van de “CO2ntrol” en wordt er regelmatig geëvalueerd over het eventuele vervolgtraject. Als wenselijk is wordt er verwezen en/of samengewerkt met anderen disciplines zoals; de manueel therapeut, (orthomoleculaire) voedingsdeskundige, ademtherapeut, psycholoog, maatschappelijk werk, huis- en/of bedrijfsarts of verzekeringsarts.

### Resultaat

In de afgelopen jaren hebben we veel succes geboekt. Zo'n 90% van de cliënten voelt zich binnen 6 weken al fitter. Indien cliënten de gehele behandeling volgen kunnen binnen één jaar voor bijna 95% hersteld zijn!

Velen hebben inmiddels hun doelen bijgesteld en doen zelfs weer actief aan sport.

Wij bezitten tevens de expertise op het gebied van burn-out, werkstress, ernstig overgewicht en overtraindheid.

Bewegen helpt, mits u accepteert dat uw aanvangsbelastbaarheid laag is en dat voldoende rust minstens zo belangrijk is!

### Trainingstijden

De Energy Control wordt gegeven op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur. Dit gedurende zes weken achtereenvolgend.

Indien u voldoende aanvullend verzekerd bent krijgt u mogelijk een tegemoetkoming in de kosten van de testen of het abonnementgeld.

***Voorkomen is beter dan genezen...  
Energy Control Meeden doet het allebei!***