

## Stappenplan zorgverzekeraar

**Wanneer je gaat bellen naar je zorgverzekeraar om te vragen hoe het bij jou zit met vergoeding voor de cursus ZwangerTotaal of ZwangerTotaal Vitaal, kun je het beste dit formulier erbij houden. Hieronder staat namelijk aangegeven waar je rekening mee moet houden, zodat je een goed antwoord krijgt.**

### Opmerking

Wanneer je geen lichamelijke klachten ervaart, heb je geen medische indicatie. Dan mag je ook geen gebruik maken van de aanvullende polis voor oefentherapie Cesar/Mensendieck voor de cursus. Voor jou is het dan belangrijk om uit te vragen wat hieronder onder 3 wordt benoemd.

### Stappenplan voor telefonisch contact met jouw zorgverzekeraar

1. Geef aan dat je een programma voor groepsbehandeling oefentherapie Cesar/Mensendieck wilt volgen.

a. Noem het géén zwangerschapscursus of hersteltraining, want de kans bestaat dat er dan onder het verkeerde kopje gezocht wordt in de verzekeringspolis (namelijk onder 'cursussen').

b. Wij hebben met alle zorgverzekeraars een contract afgesproken. Je kunt dus - wanneer dit wordt gevraagd - bevestigen dat je ZwangerTotaal (Vitaal) wilt volgen bij een gecontracteerde oefentherapeut Cesar/Mensendieck.

c. De groepsbehandeling wordt gegeven op basis van een door alle zorgverzekeraars goedgekeurd protocol 'ZwangerTotaal; zwangerschapsgerelateerde bekken- en rugklachten'. Wanneer er wordt gevraagd welk programma voor groepsbehandeling je wilt gaan volgen, kun je dus antwoorden met het hierboven genoemde protocol.

2. Vraag na hoeveel er op je aanvullende polis vergoed wordt voor (groepsbehandelingen) oefentherapie Cesar/Mensendieck (bedrag of aantal behandelingen). Vraag voor de zekerheid na of je in dit kalenderjaar al aanspraak hebt gemaakt op deze vergoeding. Zo ja, vraag dan hoeveel er nog over is.

*Heb je weinig vergoeding? Wil je liever je behandelingen voor Fysiotherapie / Oefentherapie bewaren? Of heb je helemaal geen klachten? Dan is het handig om onderstaande uit te vragen.*

3. Vraag na of jouw zorgverzekeraar ook een aparte dekking in haar polis heeft opgenomen voor zwangerschapscursussen en/of cursussen voor herstel na de bevalling. Dit valt meestal onder 'preventieve scholingen of cursussen' vanuit de aanvullende verzekering. Heeft jouw zorgverzekeraar deze aparte dekking, vraag dan na welk bedrag je krijgt vergoed en wat de voorwaarden hiervoor zijn.

4. Wij adviseren je om de naam van de persoon die je te woord heeft gestaan, te noteren.