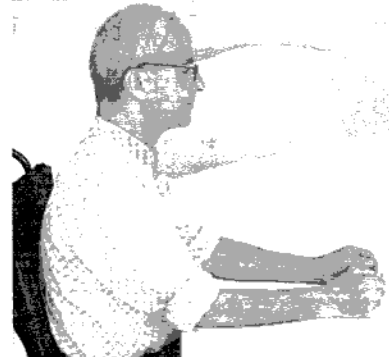




6. Hand naar de borst brengen

Doel: elleboog beweeglijk houden en beweging in de arm stimuleren.

1 Ga rechtop aan het werkblad of aan tafel zitten.



2 Laat de ellebogen steunen op het blad.



Pak de hand vast volgens de handgreep.



3 Beweeg de hand naar de borst en weer terug.

Herhaal 5 x



LET OP Houd de ellebogen op de tafel. Laat de armen niet terugvallen.



TIP Laat de aangedane arm de beweging maken met behulp van de goede hand. Dit kan herstel in de hersenen stimuleren.