

Nieuwsbrief



Margreet Spiering en Petra Stoel



Dynamiek
oefentherapie
samen in beweging

Nieuwsbrief 5 - Dynamiek Oefentherapie, maart 2017

Inloopspreekuur Motoriek

Elke eerste woensdag van de maand houdt Margreet van 14:00-15:00 een inloopspreekuur Motoriek. Tijdens dit uur kunnen ouders/verzorgers vragen stellen aan Margreet over het bewegen van zijn/haar kind tussen de 0-18 jaar. De vragen kunnen betrekking hebben op zowel de grove als de fijne motoriek. Mogelijke vragen kunnen zijn;

- Hoe komt het dat mijn kind zo vaak valt?
- Waarom wil het zwemmen/fietsen niet lukken?
- Waarom kan mijn kind moeilijk stil zitten?
- Hoe komt het dat mijn kind zich vaak stoot?
- Waarom lukt het mijn kind niet om de juiste pengreep te gebruiken?
- Waarom schrijft mijn kind onleesbaar?
- Waarom beweegt mijn kind zich houterig?
- Hoe komt het dat mijn kind geen plezier heeft in bewegen?

Het inloopspreekuur is vrijblijvend en kosteloos.

Specialisatie uitgelicht!

In deze nieuwsbrief een stukje over de specialisatie Reumatherapie.

Reumatherapie is oefentherapie speciaal gericht op mensen met reumatische klachten. In de behandeling staat het begeleiden het meest centraal. Dit is op het gebied van houding en bewegen en het leren omgaan met veranderingen in mogelijkheden in het dagelijks leven. Daarnaast wordt gekeken naar de balans tussen belasting en belastbaarheid, bewustwording en grenshantering, waar nodig pijneducatie en het op peil houden of brengen van conditie. Tijdens een uitgebreide anamnese wordt besproken waar voor de cliënt de specifieke hulpvraag ligt en wat de beperkingen zijn in het dagelijks leven. Vanuit daar wordt gekeken welke oefeningen en adviezen nodig zijn. Dit kan op het fysieke vlak liggen in de oefentherapie, maar ook op het vlak van gedrag ten opzichte van pijn en beperking.

Reuma Meetdag ziekenhuis St. Jansdal

Op vrijdag 17 maart a.s. wordt de 2^{de} Reuma Meetdag georganiseerd in het St. Jansdal. Op deze vrijdagmiddag kunnen mensen met reuma een kijken hoe de gezondheid er voor staat. Er worden verschillende testen gedaan onder andere bloeddruk, BMI, conditie en spierkracht.

Deze Meetdag wordt georganiseerd door de Reumatherapeuten Randmeren (waar Petra bij is aangesloten) de specialisten van de afdeling Reumatologie en de RPV Harderwijk e.o.

Locatie: oefenzaal van fysiotherapie Ziekenhuis St Jansdal

Tijdstip: van 15.30 uur tot 17.30 uur.

De middag is kosteloos en vooraf aanmelden is niet nodig.