

## **Nieuwsbrief juni 2010 Oefentherapie-Mensendieck**

Sinds een jaar ben ik werkzaam als oefentherapeut-Mensendieck in het pand van de fysiotherapie op de Oudegracht in Alkmaar. Met deze nieuwsbrief houd ik u op de hoogte van laatste nieuwtjes en ontwikkelingen in mijn praktijk.

### **Kwaliteitsbevordering**

Dit voorjaar heb ik de cursus "Basiseducatie, Kwaliteit en Wetenschap" afgerond. Deze cursus is speciaal ontwikkeld voor oefentherapeuten en is bedoeld om het eigen methodisch handelen te evalueren, kritisch te kunnen redeneren en wetenschappelijke artikelen te kunnen lezen. Kortom, om 'Evidence Based Practice' te kunnen werken. Naar aanleiding van deze cursus heb ik de verslaglegging van mijn patiënten volledig geautomatiseerd en maak ik meer gebruik van vragenlijsten (dit is een 'meetinstrument' om meer inzichtelijk te maken of de therapie helpt om klachten te verminderen).

Verder heb ik in januari de dag voor de eerstelijns (para)medici in Noord-Holland bijgewoond in het AZ-stadion. Ik heb o.a. een workshop gevolgd over de samenwerking tussen psychologen en andere disciplines.

In september ga ik de cursus bekkenpijn van Cecile Röst volgen. Ik werk al met deze methode om patiënten met bekkenklachten in de zwangerschap te begeleiden; deze cursus is bedoeld als update.

26 mei jl. heb ik een lezing bezocht van de vereniging voor osteoporose. Deze lezing ging o.a. over de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van medicatie van osteoporose. Dit omdat ik binnen mijn praktijk regelmatig patiënten zie met osteoporose en ik zodoende op de hoogte wil blijven van de laatste ontwikkelingen.

### **Wist u dat:**

- 1 Ik een cursus heb gevolgd over het behandelen van scolioses in driedimensionale patronen? Ik behandel zowel kinderen als oudere patiënten met scolioses.
- 1 Ik op dinsdag en vrijdag werkzaam ben op de praktijk op de Oudegracht 287 in Alkmaar Op de overige dagen ben ik werkzaam in Zaandam, ook als oefentherapeut-Mensendieck.
- 2 Ik ook zwangerschapsbegeleiding aanbied? Ik heb op de Oudegracht al eens een zwangerschapscursus gegeven volgens de methode Mensendieck.
- 3 Ook kan ik vrouwen begeleiden na de bevalling; ik maak een oefenprogramma om bv. de bekkenbodemb-, buik-, bil- en heupspieren te versterken, dit zorgt ervoor dat vrouwen eerder/beter herstellen na de bevalling.

Voor verder informatie kunt u contact met mij opnemen op tel.nr. 06-48767532

**Met vriendelijke groeten,**

**Marlijn Vleeming  
Oefentherapeut-Mensendieck**