



## NIEUWSBRIEF

### Inleiding

Voor u ligt de nieuwsbrief van de Fysiotherapie Maatschap Oud Oegstgeest.

Via deze weg willen wij u op de hoogte houden van de ontwikkelingen binnen onze maatschap.

### Nieuwe locatie vanaf eind maart 2016

Zoals u misschien weet is onze Maatschap vanaf eind maart 2016 gehuisvest op de Piet Heinlaan 42C 2341 SL te Oegstgeest.

Wij zijn zeer blij met deze nieuwe locatie, mede door onze nieuwe oefenruimte met moderne fitnessapparatuur kunnen wij onze patiënten nog meer behandelmogelijkheden bieden.



### Nieuwe medewerker Marc van Kauwen

Naast de bekende gezichten van de praktijk Joris-Jan Schouten, Jac Wagemakers en onze oncologie specialiste Maureen Jansen, is sinds 1 april 2016 ook Marc van Kauwen bij ons in dienst gekomen.

Hij stelt zich hieronder even voor:

Mijn naam is Marc van Kauwen en ik ben geboren in 1983 te Lelystad. In 2010 ben ik begonnen aan de opleiding tot Fysiotherapeut aan de Hogeschool Leiden. Deze heb ik met succes in 2014 afgerond. Na de opleiding heb ik een jaar in Waddinxveen gewerkt en ben nu sinds april 2016 werkzaam in de praktijk.

Bij mijn behandelingen draait het om de gehele mens, dat wil zeggen.; het gaat niet alleen om de rug, knie of schouder, gaat om het totaal plaatje.

Ik vind het erg belangrijk dat mensen met een gerust hart de deur uitlopen na een behandeling.

#### *Aandachtsgebieden:*

- Algemene fysiotherapie
- Fysieke training voor ouderen
- Ouderen revalidatie

Door het vergroten van onze capaciteit zijn wij nu ook op de **maandag en donderdagavond geopend tot 21.00 uur**



### **FYSIO-FIT; Fit worden? Fit blijven!**

Vanaf oktober bieden wij de **FYSIO-FIT** training aan onder begeleiding van een van onze fysiotherapeuten.

Vooraf vindt er een intake plaats om de persoonlijke doelen te bepalen en deze dient tevens als een nulmeting die regelmatig wordt herhaald. Onder deskundige begeleiding van een fysiotherapeut wordt er in groepjes van maximaal 6 mensen getraind.

Deze training kan er voor zorgen dat er na een episode van klachten **geen recidieven** ontstaan maar kan tevens **preventief** werken om klachten in de toekomst te voorkomen.

### **Flexchair, stabiliteit meten en trainen**

Hoe beter de stabiliteit en coördinatie van de spieren, hoe beter men beweegt. Met de speciale Flexchair meten en trainen wij heel gericht diverse spiergroepen van de romp met als gevolg; een betere houding, meer kracht, meer stabiliteit en minder rugklachten.

*Hoe werkt de Flexchair:*

De Flexchair is een stoel met 2 verschillende 3-dimensionale bewegingsmechanismen. Door middel van een sensor wordt de stoel verbonden met een softwareprogramma op een computer. Alle oefeningen worden nauwkeurig gemeten.

*Ervaringen met de Flexchair:*

Binnen onze praktijk is gebleken dat de Flexchair een effectief hulpmiddel om stabiliteits-, houdings- en bewegingsproblemen in bekken- en onderrugregio visueel inzichtelijk te maken en te verhelpen

### **Sportblessurespreekuur**

Indien men tijdens het sporten een blessure heeft opgelopen of men ervaart onverklaarbare pijntjes? Dan kan men bellen op maandagochtend tussen *9.00 en 11.00* uur voor het maken van een **vrijblijvende en kosteloze** afspraak tussen *18.00 en 19.00* uur op dezelfde avond.

### **Aansluiting bij Claudicationet**

Wij zijn ook aangesloten bij het Claudicationet waardoor wij patiënten met claudicatio intermittens (etalagebenen) kunnen behandelen:



**Claudicationet**  
landelijk netwerk looptherapie