

FYSIFACTS

De nieuwsbrief van FysiFit

November

Trainingsrooster

MAANDAG:

09.00-10.00	Coralien		FysiFit
10.00-11.00	Coralien		FysiFit
13.30-14.30	Edwin		DM-Fit
18.30-21.30	Josien		FysiFit

Dinsdag:

09.00-10.00	Esther		FysiFit
10.00-11.00	Esther		55+ Fit
18.30-20.30	Erik S.		FysiFit
19.00-20.00	Erik S.		G-Fit

Woensdag:

09.00-10.00	Dominique		FysiFit
10.00-11.00	Dominique		FysiFit
12.00-13.00	Edwin		ZwemFit
17.30-20.00	Tamara		FysiFit
20.00-21.00	Tamara		ZwangerFit

Donderdag:

09.00-10.00	Erik V.		FysiFit
11.00-12.00	Edwin		LongFit
14.00-15.00	Coralien		Stekkenkamp
18.30-21.00	Coralien		FysiFit

Vrijdag:

08.30-10.00	Josien		FysiFit
10.00-11.00	Josien		FysiFit

Even voorstellen

Er zijn binnen ons team een aantal nieuwe collega's aangesteld. U zult deze mensen niet direct zien, maar in het voorbijgaan vast wel, daarom een korte introductie.

Roxanne Brockotter is onze nieuwe diëtiste. Roxanne is in 2014 afgestudeerd als diëtiste en heeft een grote affiniteit met Diabetes en COPD. Roxanne zal op woensdag haar werkzaamheden verrichten. Nieuw is ook de avondopenstelling. Dit geeft u meer mogelijkheden om ook na werktijd een afspraak te maken voor diëtetiek. Wij wensen Roxanne veel plezier met haar nieuwe baan!

Tevens is Niels Hoevenberg een nieuw gezicht binnen onze praktijk. Niels is fysiotherapeut en neemt nu waar vanwege een toename in werkzaamheden.

ER Nov '15

Ook Marije Profijt en Dorien Schilder zijn vanwege toegenomen werkzaamheden binnen de kinderfysiotherapie gestart binnen onze praktijk.

Trainingsuren

Er bestaan binnen onze openingstijden piek- en daluren. Op maandagmorgen, dinsdagavond is het aantal sporters laag. Misschien een goed (tweede) trainingsmoment voor u?

Dag van het Hart

Op woensdag 21 oktober j.l. organiseerde Lianne Odink, stagiaire FysiFit een dag van het Hart. Presentaties van de fysiotherapeut, diëtiste en cardioloog dr. Kaplan werden afgewisseld met beweegactiviteiten. De informatie over beweging, voeding en werking van het hart werd zeer positief ontvangen en FysiFit gaat op zoek naar een vervolg op deze geslaagde middag.

Rubriek specialisatie

Dit jaar zal in de nieuwsbrief informatie staan over de werkzaamheden binnen ons centrum. Zo worden o.a. de taken van de ergotherapeute, bekkenfysiotherapeute beschreven. Wij hopen u hiermee een beter beeld te geven van onze werkzaamheden.

Ziekte van Parkinson

De ziekte van Parkinson is een ziekte van de hersenen. Wie aan de ziekte lijdt, kan uiteenlopende klachten hebben en de ziekte van Parkinson is dan ook erg complex. Voor geen enkele patiënt is het beeld van parkinsonsymptomen hetzelfde.

Voorbeelden zijn:

Trillen (tremor) van de handen, benen, kin of tong
Trager worden van bewegingen (bradykinesie), moeite met starten van bewegingen (akinesie) en ontbreken van automatische bewegingen (hypokinesie)
Stijfheid van de spieren (rigiditeit)
Houdings- en evenwichtsproblemen en soms vallen bij langer bestaan van de ziekte
'Bevriezen' van de benen tijdens lopen (freezing), waardoor het lijkt alsof de voeten aan de vloer blijven plakken

Josien Roetert Steenbruggen is onze parkinson-therapeute en Anke Roelofs onze ergo therapeut die gespecialiseerd is in Parkinson. Transfers, lichaamshouding, conditie, balans, reiken/grijpen en lopen kunnen verbeteren met behulp van fysiotherapie.

Tot slot

FysiFit wenst u weer een goede en sportieve maand toe waarin wij u met veel plezier en enthousiasme willen begeleiden.

Met sportieve groet,

Uw FysiFit team