

Infomarkt, wat is er allemaal?

Kamer 1

Voor vragen over **stress**, burn-out, overspanning, fibromyalgie, prikkelbare darm syndroom en **chronische pijn** kun je terecht bij Sjouke.

Kamer 2

Wil je hoofd al een tijdje niet zo lekker draaien? Of Zit je **nek** je in de weg op kantoor? Lukt reiken naar die hoge plank in de keuken niet goed vanwege pijn in de **schouder**? Vraag het Harm!

Kamer 3

Benieuwd naar hoe iets er van binnen uitziet? Bij voorbeeld bij de enkel, knie of elleboog? Loop even langs bij Remco dan brengt hij spieren en pezen in beeld met **echografie**.

Kamer 4

Wil je graag eens een check van je **houding**? Heb je vragen over wat wel en niet verstandig is qua sporten/activiteiten tijdens de **zwangerschap** of erna? Wil je meer weten wat een **bekkenoefentherapeut** voor je kan betekenen bijvoorbeeld bij ongewild urineverlies, stuitklachten, schaambeenklachten, verzakking, obstipatie of pijn bij het vrijen? Vraag het Melissa!

Kamer 5

Heb je al een tijdje wat last van je **rug**? Kun je niet lang staan of zitten? Of zijn je rugklachten misschien wisselend aanwezig? Vraag het Paul!

Kamer 6

Benieuwd wat een huidtherapeut allemaal doet (is namelijk veel!) of een vraag over je **huid**? Vraag het Mirjam, zij kan je ook alles vertellen over hoe je goed beschermd het voorjaar en de zomer in gaat en evt. **plekjes** voor je checken.

Kamer 7

Wat kan acupunctuur voor jou betekenen? Vraag het Karin, acupunctuur kan voor vele klachten ingezet worden!

Oefenzaal 1

Vragen over je **voet** of voeten? Of denk je dat je klachten vanuit je voeten komen? Vraag het Nicole, zij kan snel zien of ze wat voor je kan betekenen en wat er vergoed wordt.

Oefenzaal 2

Altijd al willen weten wat een **ergotherapeut** doet en wat ze voor jou kan betekenen? Nu is je kans! Astrid is expert op het gebied van **beperkingen** of moeilijkheden die ondervonden worden in de **dagelijkse activiteiten** (huishouden, werk, hobby of zelfzorg. Er is vaak meer mogelijk dan je denkt en een frisse blik kan enorm helpen. Denk bijvoorbeeld aan het aan- of uittrekken van steunkousen. Maar ook wanneer je het moeilijk vind je energie te verdelen of de dag/week. Wanneer je niet meer durft te fietsen of thuis bent gevallen en een herhaling wil voorkomen ben je ook bij Astrid aan het goed adres. Verder kan ze vragen beantwoorden over handklachten, **hulpmiddelen** en aanpassingen.

Kantoor

Voeding is helemaal hot. Talloze kookboeken en berichtgevingen worden de wereld in geslingerd. Maar wil je het fijne ervan weten of heb je vragen over je **voeding**? Loop even binnen bij Lilian. Zij kan je alles erover vertellen. Denk bijvoorbeeld aan of bepaalde huidklachten veroorzaakt kunnen worden door voeding, of voeding invloed kan hebben op hoofdpijn (jazeker!). Maar misschien heb je vragen over de voeding van je kind omdat hij of zij in de middag vaak lusteloos en moe is.

Gastvrouw > Mariska

Liever een kopje **koffie of thee** en een kijkje in de praktijk? Ook dat kan! Gastvrouw Mariska staat voor je klaar en kan een hoop algemene vragen beantwoorden.

Graag tot ziens op de infomarkt op 9 april van 19.00 - 20.30 uur bij PMC Helix!