



Nascholing: Myofasciale Therapie hoofd-halsgebied

Doel

De fascia is een systeem in het lijf van zoogdieren (dus ook mensen) met nogal wat verschillende functies. De fascia is verbonden met spieren en heeft functies bij houding, beweging, reageren op uitdagingen van het leven en blijkt o.a. de acupunctuurmeridianen te bevatten.

Waarschijnlijk heeft fascia ook een taak in het gewaarworden van de fysieke kant van emoties en stress. Leefstijlfactoren hebben (in)direct invloed op fascia. Waardoor de effecten van een niet-optimale leefstijl ook fysiek kunnen worden gevoeld.

En hoe help je mensen ontspannen als het ondanks al je inzet niet goed lukt en ze toch onrust of gespannenheid in hun lijf blijven voelen?

Hier is dieper op ingegaan tijdens de MFT-introductie workshop. Deelname aan de introductie is een voorwaarde voor het kunnen volgen van MFT-hoofd-halsgebied.

In de tweedaagse MFT hoofd-halsgebied wordt ingegaan op de betekenis van klachten in het hoofd-halsgebied. Behandeltechnieken uit de introductiedag worden herhaald, praktijkervaring en casuïstiek worden besproken tijdens de eerste dag. Op de tweede dag volgt het aanleren van nieuwe basis behandeltechnieken voor hoofd-halsgebied.

Bij deze tweedaagse nascholing worden voor het hoofd-halsgebied heel specifieke zachte en eenvoudige 'hands-on' technieken aangeboden, met indicaties en contra-indicaties. Waarbij de cliënt of patiënt de kleren kan aanhouden en er geen massagebank nodig is. Dit zijn basistechnieken voor hoofd-halsgebied, waarmee er ook effect is op de rest van het lichaam en er ontspanning kan optreden.

Bij de MFT-introductie is al geleerd dat de therapeut via de huid zachte input aan de fascia geeft om ontspanning teweeg te brengen. Met als gevolg dat spieren en fascia gaan ontspannen waar nodig en actieve stabilisatie geven waar nodig. En in de praktijk is ook te merken dat 'lontjes weer langer worden', en diepe vredige GABA-rust wordt ervaren en dat oude emoties kunnen worden losgelaten. Om maar een paar voorbeelden te noemen. In deze ook weer heel praktische en interactieve nascholing worden enkele veilige basistechnieken aangeleerd voor hoofd-halsgebied. En de veiligheid in de groep wordt gewaarborgd, vanzelfsprekend! Dan kan de docent er een maatwerk nascholing van maken. Zodat de therapeut er in de eigen praktijk mee verder kan. Wees welkom en kom het ervaren!

Voor na deze nascholing zijn er nog meer nascholingsdagen in ontwikkeling, waarbij steeds weer een lichaamsregio of medisch westerse diagnose centraal staat. Ook komen er verdiepende nascholingen die voortbouwen op wat er eerder is geleerd, zoals een verdieping hoofd-halsgebied met behandeltechnieken voor meer gevorderde therapeuten.

Inhoud

Na deze nascholing kent/kan de deelnemer

- Een beknopte basis aan theoretische kennis over myofascia gebruiken t.a.v. hoofd-halsgebied
- Iets over de samenhang tussen leefstijlfactoren en functioneren van myofascia m.b.t. hoofd-halsgebied en samenhang met andere lichaamsregio's
- De rol van mentale en fysieke stress op houdings- en bewegingsapparaat van hoofd-halsgebied
- Basisbegrip vanuit theorie trainingsleer voor doseren van belastingen en herstel
- Enkele basistechnieken voor observeren en onderzoeken van houdings- en bewegingsapparaat van hoofd-halsgebied
- Een ontspanningsoefening voor m. iliopsoas instrueren (uit MFT-introductie, wordt even herhaald op de eerste dag)
- Myofasciale technieken leren toepassen en ervaren: verschillende basistechnieken voor rustgeven, ontspannen van hoofd-halsgebied
- Het begrip en werkwijze van Integrative Medicine inclusief de pijlers en diagram veiligheid en effectiviteit (korte herhaling op 1^e dag)
- Het belang van angst, woede en eenzaamheid als risicofactor voor hart en vaatziekten en andere klachten
- Begrenzing van het vak van therapeut t.o.v. huisarts, tandarts, mondhygiënist e.a.

Docenten Ria van Rooijen en Marco Wiegers

De eerste dag van deze praktische interactieve nascholing wordt gegeven door Ria van Rooijen, sportarts en AVIG-arts natuur- en leefstijlgeneeskunde met een basis in de fysiotherapie. Zij was ooit één van de eerste fysiotherapeuten bij een cursus craniomandibulaire disfunctie. Werkzaam als integraal sportarts bij Sportgeneeskunde Maatwerk (www.sportgeneeskundemaatwerk.nl) en docent medische basiskennis, myofasciale therapie e.a. (www.wiegers-vanrooijen.nl).

De tweede dag met het aanleren van de nieuwe technieken wordt gegeven door Marco Wiegers, fysiotherapeut en NVST-Bowen behandelaar met een achtergrond als NGS-masseur en Nordic Walking instructeur. Marco is zoon van een tandarts en heeft altijd interesse gehouden in de samenhang van wat er in het kaak- en mondgebied gebeurt met de rest van het lichaam en vice versa. Marco werkt als fysiotherapeut bij Sportgeneeskunde Maatwerk en als docent MFT (www.wiegers-vanrooijen.nl).

Gebruikte bronnen o.a.:

- 1 David Lesondak, Fascia, Wat is het en wat doet het? Vertaling Rob Beenker, 2019 Uitgeverij Samsara ISBN 978 94 92995 17 9 (tevens geadviseerde literatuur)
- 2 Capel P. *Het Emotionele DNA. Gevoelens bestaan niet, zij ontstaan.* 10^e druk 2018. K.PI Education
- 3 Kurt Tittel, Muscle Slings in Sport, Analysing Movements in Various Disciplines from a Functional-Anatomical Point of View, 1e editie, 2015 Kiener Press Munich ISBN 978-3-943324-41-9
- 4 Thomas W. Myers, Anatomy Trains, Myofascial Meridians for Manual & Movement Therapists, 3e editie, 2014 Churchill Livingstone Elsevier ISBN 978-0-7020-4654-4
- 5 James Earl & Thomas Myers, Handboek fascial release therapie, voor een lichaam in balans. Vertaling Rob Beenker. 2015 Altamira Haarlem, ISBN 978 94 013 0202 9

- 6 Clair Davies & Amber Davies, Handboek triggerpointtherapie. Vertaling Rob Beenker. 2014. Altamira, Haarlem, ISBN 978 94 013 0158 9
- 7 Carla Stecco, Functional Atlas of the Human Fascial System, Churchill Livingstone Elsevier. 2015. ISBN 978-0-7020-4430-4
8. Emmons RA. *Thanks! How practicing gratitude can make you happier*. 2008. Houghton Mifflin company
- 9 Field T. *Massage therapy research review*. Complement Ther Clin Pract. 2016;24:19-31.
doi:10.1016/j.ctcp.2016.04.005
- 10 NHG-standaarden m.b.t. houdings- en bewegingsapparaat, beroepsprofiel fysiotherapie, workshops en opleidingen in diverse massage- en myofasciale therapievormen.

Accreditatie

Voor deze nascholing is accreditatie bij de grootste beroepsverenigingen aangevraagd. Een presentielijst wordt bijgehouden. Je ontvangt het certificaat van deelname achteraf per mail.

Locatie

Gebouw 't Venster

Thomas a Kempislaan 82 te Arnhem

Kosten

€ 199,-. Je ontvangt een factuur per mail.