

# MensendieckMoves Annette Booiman

## Praktijk voor oefentherapie Mensendieck en Biofeedback

### Nieuwe ontspanningsstem op [www.beweging.tv](http://www.beweging.tv)

Jip Driehuizen heeft onlangs Mensendieck- en Ontspanningstherapeute Annette Booiman gevraagd een aantal oefeningen in te spreken op [www.beweging.tv](http://www.beweging.tv). Annette heeft veel ervaring met ontspanningsoefeningen en daarvoor ook een prettige stem. Oefening 546 is een heel fijne ademmeditatie. De zelfsuggestie oefening no. 548 leert je de verbeelding te gebruiken om ervaren problemen of ongemakken te neutraliseren en om te zetten naar een helingsproces. In oefening 547 leer je om je handen te warmen. Werkt echt!

### Nascholingsdag BNB-Rotterdam

In februari 2012 vond de 4<sup>e</sup> nascholingsdag voor de Biofeedbacktherapeuten Nederland en België (BNB) plaats. Sprekers waren dit jaar Carien Karsten, psychotherapeute, Jip Driehuizen, bewegingswetenschapper, Ingrid Phillippens, onderzoeker bij primaten en Annette Booiman, biofeedbacktherapeut. De dag kwam tot stand met medewerking van het Erasmus ziekenhuis. Annette heeft samen met Marina Boeijen, psychologe, de organisatie van de dag verzorgd.

### BCIA

Sinds april 2011 maakt Annette deel uit van een internationale werkgroep van de BCIA (Biofeedback Certification International Association) Deze werkgroep gaat onderzoeken hoe de diverse landen de opleiding van hun biofeedback therapeuten vorm gegeven hebben. De bedoeling is om te komen tot een uniforme opleiding, waarbij rekening wordt gehouden met de cultuur van het land.

### Sykegrep

In 2012 heeft Annette aan de Hogeschool van Amsterdam de cursus Sykegrep gevolgd en het examen met goed gevolg afgesloten. Sykegrep is een handgrepenteknik die kan worden toegepast bij spierklachten. Deze behandeling is oa. zinvol bij hoofdpijnklachten, rugklachten en schouderproblematiek.

### Bachelor Mensendieck

Na een EVC procedure heeft Annette in het voorjaar van 2012 een aantal weken lessen gevolgd aan de Hogeschool van Amsterdam. Eind april heeft zij deze lessen afgesloten met een assessment gesprek en haar bachelor of health gehaald.

### HOF

Voor het eerstelijns-overleg Wormerland is een presentatie over hyperventilatie gehouden. Hierbij zijn de mogelijkheden van ademregistraties met behulp van biofeedback toegelicht en de mogelijke therapie vormen die hierbij kunnen worden ingezet.

### Presentatie op AAPB Baltimore, USA

In maart 2012 heeft Annette op uitnodiging van de AAPB (Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback) een presentatie gegeven in Baltimore, USA. Het onderwerp was bekkenbodempromblematiek en Mensendieck. Op dit congres heeft Annette tevens een aantal workshops te gevolgd op het gebied van EMG, neurofeedback en toegepaste Psychologie.

### Artikelen

In maart 2012 is in het blad van de NFP (Nederlandse Fysiotherapeuten Psychosomatiek) een artikel verschenen over de BNB dag waarin oa. een presentatie van Annette wordt aangehaald.

In *Bewegreden*, het vakblad van de oefentherapeuten, is een artikel verschenen dat Annette samen met Peter Vaessen, psychosomatisch fysiotherapeut heeft geschreven.

### Onderzoek snelle genezing

In september is Annette op het BFE Congres in Polen betrokken geraakt bij een studie naar de snelle genezing na moedwillig aangebrachte wonden door Soefi e's. In de loop van 2012 en 2013 worden de onderzoeksresultaten geanalyseerd.

*Een goed najaar toegewenst.*