

## Jacobine Vreeken

[gcc1@xs4all.nl](mailto:gcc1@xs4all.nl)

[jacobinevreeken@xs4all.nl](mailto:jacobinevreeken@xs4all.nl)



Sinds mijn afstuderen in 1986 ben ik werkzaam geweest in o.m. een buitenlands ziekenhuis, een verpleeghuis en de particuliere praktijk. De huidige praktijk bestaat sinds 1999 en is meegegroeid met de bouw van Carnisselande en Portland. Hier vind ik het fijn om te werken.

Anderen omschrijven mij als:

*“Rustig, meelevend en enthousiasmerend.”*

Door goed te luisteren en mij in te leven in uw probleem kan ik samen met u oplossingsgericht werken.

### **Kennis en Kunde (recent):**

Naast scholing en verdieping voor de netwerken oncologie en CVA:

- Begin **2017** heb ik de ik de opleiding tot Slaapoefentherapeut ([www.slaapoefentherapie.nl](http://www.slaapoefentherapie.nl)) succesvol afgerond. Als slaapoefentherapeut geef ik u inzicht in gezond slaapedrag en wat de samenhang is tussen uw klachten en hoe u deze kunt oplossen. U leert omgaan met de gevolgen van uw slaapprobleem waardoor stress vermindert en u uit de vicieuze cirkel komt van slecht slapen. Daarbij wordt slaapedrag als onderdeel voor de behandeling van lichamelijke klachten mee genomen in het behandelplan.
- In **2013** volgde ik de cursus triggerpoint massage, zodat ik mensen kan leren nog meer zelfredzaam te zijn m.b.t. de behandeling van hun pijnklachten.
- Sinds **2008** volg ik jaarlijkse scholingen om patiënten met ziekte van Parkinson en parkinsonismen te behandelen en te begeleiden. Hierdoor blijf ik up-todate met de nieuwste kennis en ontwikkelingen. Sinds die tijd heb ik mijn deskundigheid kunnen vergroten en een groeiende groep patiënten met deze complexe aandoening kunnen helpen. Ik ben aangesloten bij het ParkinsonNet ([www.parkinsonnet.nl](http://www.parkinsonnet.nl)).
- In **2004** volgde ik de scholing Trainer Fysieke Belasting. Met deze kennis kan ik met u de risicofactoren op uw werkplek en uw werkomgeving met betrekking tot uw klachten inventariseren. Met tips kunt u de omstandigheden waarin u werkt verbeteren. Advies op de werkplek is mogelijk.

## Anita Kooistra

[gcc1@xs4all.nl](mailto:gcc1@xs4all.nl)

[anitakooistra@xs4all.nl](mailto:anitakooistra@xs4all.nl)



In 1985 ben ik afgestudeerd als oefentherapeut Cesar en sindsdien werkzaam geweest in oa een ziekenhuis en in verschillende praktijken, waaronder een eigen praktijk in Roosendaal.

Anderen omschrijven mij als: *“Gedreven, gepassioneerd, spontaan, open en betreft patiënt actief bij de behandeling.”*

De zorg verandert en ik verander enthousiast mee door mij als oefentherapeut te blijven ontwikkelen. Ik verdiep me in de zorgvragen die er zijn binnen mijn patiëntenbestand. Mijn scholing pas ik hierop aan. Hierdoor kan ik zorg op maat bieden.

**‘Als iets werkt, doe er meer van...als iets niet werkt, doe het anders!!’**

**Kennis en Kunde (recent):** Naast scholing en verdieping voor de netwerken oncologie en CVA:

- Doordat ik regelmatig met mensen werk vanuit het chronisch pijn netwerk heeft het slaapprobleem bij o.a. chronische pijn al lager mijn aandacht. In **2018** zal ik mij hierin dan ook gaan scholen. Daarna zal ik slaapproblemen - als onderdeel van complexe klachten of als diagnose - kunnen behandelen.
- In **2014** heb ik scholing gevolgd en me aangesloten bij het landelijk Netwerk Chronische Pijn ([www.netwerkchronischepijn.nl](http://www.netwerkchronischepijn.nl)). Chronische pijn (fibromyalgie, chronische vermoeidheid en artrose) heeft een grote invloed op het dagelijks leven. Ik ga graag met u de uitdaging aan te bekijken hoe u de waardevolle bezigheden en activiteiten weer een rol kunt laten spelen in uw leven. Meer doen wat werkt en nieuwe manieren vinden.
- In **2011** heb ik me verdiept in het behandelen van Triggerpoints. Door patiënten te leren deze pijnpunten zelf te behandelen, wordt men onafhankelijk en zelfredzaam. Vele patiënten ervaren dit als heel prettig omdat het direct ingezet kan worden, naast de houdingsadviezen.