

BEN JE:

- (Beginnende) RSI'er en wil je weten hoe je het meest effectief je klachten kunt aanpakken?
- Ervaren RSI'er met klachten die niet erger worden maar ook niet (veel) beter en wil je weten waarom?
- Aardig op weg en toe aan het delen van je inzichten en ervaringen om anderen te helpen?
- Gewoon nieuwsgierig?

Kom dan naar de themamiddag:



ALLE PUZZELSTUKJES BIJ ELKAAR

op zaterdag 16 maart 2019 in Amersfoort

Verbetering van RSI-klachten vraagt om een combinatie van verschillende invalshoeken. Deze puzzelstukken zijn allemaal nodig om de grote puzzel (jouw RSI-klachten) op te lossen. Hoe gaat de medische wereld om met deze aanpak en hoe doe je dat zelf? Wat mis je nog? De RSI-vereniging nodigt je van harte uit om samen naar de oplossing te zoeken.

Het begint bij goede informatie. Onze twee experts, Drs. W.G.H. Oerlemans, neuroloog, en Dr. Vera Baadjou, revalidatiearts, vertellen over de multidisciplinaire visie en wat zo'n aanpak in een revalidatiecentrum inhoudt. Vervolgens leren we van elkaar wat voor ons RSI'ers werkt. En tussendoor proberen we twee mogelijke puzzelstukken uit.



Ik ben Drs. Oerlemans. Ik vat voor jullie de Multidisciplinaire richtlijn Aspecifieke KANS (klachten aan arm, nek en/of schouders) samen en leg uit waarom ik vind dat RSI'ers, en ook alle andere mensen met chronische pijn, zo snel mogelijk multidisciplinair moeten worden behandeld. Waarom is dat nodig en waarom zo snel? Hoe kijkt een neuroloog eigenlijk naar RSI? Wat zijn de ervaringen in het Amersfoortse Meander Medisch Centrum?

Ik ben Dr. Vera Baadjou, revalidatiearts bij Adelante in het Maastrichtse UMC+. In het Pijn Expertise-centrum zetten wij multidisciplinaire revalidatiebehandeling vaker in voor mensen met (vaak langdurige) RSI-klachten en chronische pijn in het algemeen. Wie komt in aanmerking? Hoe gaat de intake? Wat houdt de behandeling in? Waarom per se multidisciplinair? Wat zijn de resultaten? Wat valt er van de ervaringen te leren voor mensen met RSI-klachten?



UITPROBEREN EN UITWISSELEN

Zit in het verhaal van de Britse cartoonist Andy Riley (zie Eigen verhaal in RSI-Magazines 2018-1 en 2018-2) een puzzelstukje met een oplossing? Hij vertelt daarin dat zijn therapeut maar één keer per week beschikbaar was, terwijl zijn klachten veel vaker aandacht nodig hadden. Een therapeut die dag en nacht beschikbaar is, zou dat niet fijn zijn? SAM (gebaseerd op Chinese acupunctuur) en Vitaly med flexi (geïnspireerd door Shiatsu) zijn massageapparaten die 24/7 beschikbaar zijn. Je kunt ze voor, na en tijdens de pauze proberen.

‘Welk
puzzelstuk
mis ik nog?’

Daar gaat het
laatste deel van de
middag over. Iedereen kan
mee discussiëren en reageren.
Doe zelf inspiratie op en breng anderen
op ideeën.

PRAKTISCHE INFORMATIE

Een korte busrit of twee kilometer lopen vanaf station Amersfoort. Er is gratis parkeergelegenheid. Tijd: **13.00 - 16.00 uur**, met daarna een borrel tot 17.00 uur.

Wil je erbij zijn? Je kunt je aanmelden tot 10 maart 2019, per e-mail via postbus@rsi-vereniging.nl of door te bellen met **033-2471043**. Gelieve het aantal personen en je adresgegevens te vermelden. Je ontvangt een week van tevoren een bevestiging en routebeschrijving.

Graag tot ziens!
Joke Huisman en Karin Jansen

Locatie:
Leerhotel
Het Klooster, Daam
Fockemalaan 10,
3818 KG
Amersfoort