

“See me, feel me, touch me, heal me”

Met deze woorden begint het refrein van een wereldberoemd lied uit de jaren zestig.

(Rockopera: “Tommy” The Who 1969)

Daar waar over de haptonomie boekwerken volgeschreven zijn, vat deze liedregel op eenvoudige wijze samen waar het in de haptonomie om draait.

Voelen

Ieder mens manifesteert zich simpelweg door te denken, te voelen en te doen.

In onze samenleving ligt het accent vooral op het denken en het doen.

We zijn merendeels gericht op effectiviteit en rendement en het voelen sneeuwt vaak onder in het dagelijkse leven

Voelen, denken en doen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Ze bepalen hoe we als mens in het leven staan.

Tast

In de haptonomie - of de leer van de tast – streven we naar balans tussen denken, doen en voelen en we kiezen hiervoor de ingang van het voelen. Ons lichaam is een bron van informatie en aanraking de meest directe vorm van contact.

Aanraken en (aan)geraakt worden is voor ons emotioneel welbevinden van wezenlijk belang. Het bevestigt ons in ons bestaan en draagt bij aan een gevoel van vertrouwen in onszelf en anderen.

Als we ons meer bewust zijn van welke gevoelens en gedachten ons gedrag bepalen zijn we ook eerder in staat andere keuzes te maken. vastgelopen patronen kunnen daarmee doorbroken worden.

daarom werkt het

Een afspraak maken

Herkent u de klachten of heeft uw arts haptonomie voorgeschreven? Belt u dan voor een afspraak.

Voor haptotherapie:

Haptonomiepraktijk Vreeswijk
Astrid Boonekamp (tel. 06-26450541)

www.haptonomie-vreeswijk.nl

Voor fysiotherapie op
haptonomische basis:

SurPlus
Gezondheidscentrum Fokkesteeg
Marieke Stortelers (tel. 030-6063111)
of
Gezondheidscentrum De Roerdomp
Roland Luykx (tel. 030-6040414)

www.surplus-nieuwegein.nl



Haptonomiepraktijk Vreeswijk



Haptonomie

waarom het werkt



Haptonomie

De haptonomische benadering helpt ons fysieke en emotionele signalen te herkennen, erkennen en serieus te nemen.

Hoe? Met beide benen op de grond

Door een combinatie van aanraken, gesprekken, spel- en oefenvormen, ontspanningsoefeningen en lichaamsbewustwording, creëren we een veilige omgeving waarin je letterlijk en figuurlijk in beweging komt.

We nodigen je uit je gevoel de ruimte te geven en het geleidelijk (weer) te vertrouwen, je plaats in te nemen en op een natuurlijke manier je grenzen te (her)stellen.

Fysiotherapie op haptonomische basis of Haptotherapie?

Fysiotherapie op haptonomische basis is gericht op gevoelsmatige signalen bij klachten van het houdings- en bewegingsapparaat.

Haptotherapie is gericht op het bewust worden van hoe je omgaat met jezelf en je omgeving (gezin, werk, relatie etc.), en met name hoe je emoties hierin een rol spelen.

Fysiotherapie op haptonomische basis is geschikt bij:

- persisterende pijnklachten in spieren en gewrichten;
- hyperventilatie- en angstklachten;
- spanningshoofdpijn en andere spanningsklachten;
- bewegingsonrust of angst om te bewegen (kinesiofobie);
- het 'niet lekker in je vel zitten'.

Haptotherapie is geschikt bij:

- burn-out, overspannenheid;
- emotionele problemen zoals somberheid, angst, boosheid en moeite hebben met het uiten van emoties;
- moeite met het aangeven van grenzen;
- moeite met nabijheid/intimiteit/seksualiteit;
- relatieproblemen, conflicten (zakelijk en privé).



Directe toegankelijkheid

Sinds enige tijd kunt u direct bij de fysiotherapeut of haptotherapeut terecht. Dat wil zeggen dat u zonder verwijzing of tussenkomst van een arts bij ons een afspraak kunt maken. Alle fysiotherapeuten hebben hiervoor gericht nascholing gevolgd zodat zij kunnen vaststellen of uw gezondheidsklacht alleen met fysiotherapie kan worden behandeld, of dat de deskundigheid van een (huis)arts of een andere discipline nodig is.

Vergoeding

De behandelingen bij de fysiotherapeut of haptotherapeut kunnen geheel of gedeeltelijk worden vergoed vanuit een aanvullende verzekering. Aangezien zorgverzekeraars hiervoor verschillende criteria hanteren, is het echter aan te raden vooraf bij uw verzekeraar te informeren of u voor vergoeding in aanmerking komt.

Wie?

Astrid Boonekamp is haptotherapeut bij Haptonomiepraktijk Vreeswijk. Marieke Stortelers en Roland Luykx zijn allebei fysiotherapeut op haptonomische basis en zijn verenigd in Surplus, samenwerkende fysiotherapie.

We hebben onze samenwerking vorm gegeven in de Werkgroep Haptonomie Nieuwegein (WHN).

Met het oprichten van de Werkgroep Haptonomie Nieuwegein willen we bekendheid geven aan de plek en de waarde van de haptonomie. Wij streven naar een betere dienstverlening door een meer gerichte verwijzing, meer gebruik te maken van elkaars expertise en het eventueel waarnemen tijdens vakanties.

“See me, feel me,
touch me, heal me”