

# NIEUWSBRIEF DE BSR PRAKTIJK

Op 14 november a.s. is het alweer vijf jaar geleden dat de BSR praktijk werd opgericht. Gedurende die vijf jaar mocht ik honderden mensen ontmoeten. Met veel plezier heb ik hen begeleid in hun proces van zelfherstel. Het was fantastisch om de snelle resultaten te zien bij baby's en kinderen en bij minder jonge mensen. Maar de langduriger processen van herstel waren net zó bijzonder en mooi om mee te maken. Ik hoop dit werk dan ook nog jaren te mogen doen. Dank voor het in mij gestelde vertrouwen, voor de fijne contacten en de bijzondere ontmoetingen.

Els Mulder



## Frozen shoulder

Vorig jaar ontmoette ik een jonge vrouw - die ik Loes zal noemen - die al drie jaar last had van een pijnlijke linkerarm en schouder. De diagnose was een zogenaamde 'frozen shoulder' (aandoening van het gewrichtskapsel). De linkerarm was pijnlijk en de beweeglijkheid was sterk beperkt. Op een röntgenfoto was te zien hoe het schoudergewricht op drie plaatsen werd geblokkeerd door kalkafzetting. Haar werd een operatie geadviseerd, maar Loes koos voor BSR.

Bij het testen van het lichaam was er sprake van vastgezette spanning (body stress) o.a. in de nek en het schoudergebied.

Op de eerste behandelingen volgden heftige reacties. Loes was steeds enkele dagen moe, voelde zich dan ziek en er waren plotselinge herinneringen uit de kindertijd. Het lichaam was aan het opruimen.

*De uitkomst kon niet mooier: het gewricht was helemaal 'schoon'*

Na enkele behandelingen kwam de beweeglijkheid in de arm terug en in betrekkelijk korte tijd verdwenen de klachten helemaal.

Wanneer een gewricht weer in beweging komt is het lichaam in staat om eventuele kalkafzetting weer af te breken.

Laatst kwam ik haar tegen. Nog steeds klachtenvrij en blij met het resultaat van de behandelingen. Zij vertelde dat ze uit nieuwsgierigheid en in overleg een röntgenfoto van de schouder had laten maken. De uitkomst kon niet mooier: het gewricht was helemaal 'schoon'.

In deze nieuwsbrief

Vijf jaar 'de BSR praktijk'

Frozen shoulder

Voorkeurshouding bij baby's

Geef je lichaam de ruimte

BSR voor dieren

BTW verhoging en

tarieven per 1 oktober a.s.

Bezoek aan Zweden

Opmerkelijke uitspraken van cliënten

Afspraak is afspraak



# 5

## Voorkeurshouding bij baby's

Regelmatig zie ik baby's in de praktijk met een voorkeurshouding. Veelal betreft het de houding van het hoofdje. Het kind houdt het naar één kant gedraaid of gekanteld. Een voorkeurshouding kan worden veroorzaakt door een bepaalde ligging tijdens de zwangerschap en/of door bodystress ontstaan tijdens de bevalling.

Wanneer een hoofdje eenzijdig meer belast wordt, door druk van het matrasje bijvoorbeeld, kan er een misvorming van de schedel ontstaan. En dan wordt nogal eens geadviseerd om het kind een helmpje te laten dragen dat ervoor zorgt dat het hoofdje in een bepaalde vorm groeit.

Zo was er laatst een schattig jongetje van enkele maanden die het hoofdje naar links gedraaid hield. Daarbij had hij last van reflux.



Bij het testen op bodystress was al snel duidelijk dat er sprake was van vastgezette spanning, met name in de nek.

Wat zo fijn is aan het werken met kinderen is dat bodystress vaak snel oplost, omdat het lichaam nog geen jarenlange spanning heeft kunnen opbouwen.

Zo ook dit keer: er waren slechts enkele behandelingen nodig om het probleem op te lossen.

En extra fijn: er hoefde geen helmpje aangemeten te worden. De schedel begon zich normaal te ontwikkelen.

*Bij controle bleek dat er geen helmpje hoefde te worden aangemeten.*

### Geef het lichaam de ruimte

Bij het intakegesprek ontvangen cliënten adviezen, mondeling en schriftelijk, over een juiste manier van zitten, bukken en tillen, adviezen voor een juiste slaaphouding en adviezen met betrekking tot sport.

Dit om het lichaam zo min mogelijk te overbelasten en het alle ruimte te geven om te herstellen.

Toch hoor ik nog weleens: "ik zit vaak in de goede houding, maar soms wil ik toch wel lekker onderuit gezakt zitten".

Dan maak ik een vergelijk met een wondje waar een korstje op zit.

Als je zegt: "90% van de dag laat ik het met rust, maar gedurende 10% van de tijd krabbel ik aan het korstje", dan zal het wondje niet snel en niet optimaal helen. Moraal van het verhaal: wees consequent en geef het lichaam optimaal de gelegenheid om te herstellen.

### BSR ook geschikt voor dieren



Met veel plezier behandel ik de laatste tijd vaker honden en katten met opvallend goede resultaten.

Vind je het leuk om wat voorbeelden te lezen? Kijk dan op [www.debsrpraktijk.nl](http://www.debsrpraktijk.nl) onder het kopje 'BSR voor dieren'.

### Verhoging van het BTW tarief

Per 1 oktober a.s. wordt het BTW tarief van 19% verhoogd naar 21%.

In verband hiermee gelden per 1 oktober de volgende tarieven:

Volwassenen	€ 51,00
Kinderen t/m 12 jaar	€ 40,00
Baby's	€ 27,50
Huisdieren	€ 27,50
Buiten de praktijkuren	€ 60,00

Was u per 1 maart jl. al cliënt van de BSR praktijk, dan gaat de aanpassing in per 1 januari 2013. De BTW verhoging komt dan tijdelijk voor rekening van de BSR praktijk.

## Werkbezoek aan Zweden

Tijdens mijn opleiding tot BSR-practitioner in Zuid-Afrika zat Sophie bij mij 'in de klas'. Vlaamse van oorsprong en al weer wat jaren woonachtig in Zweden.

Onlangs bezocht ik haar en ook Anna, de tweede practitioner daar. Tijdens werkbezoeken (ook in Nederland) worden ervaringen uitgewisseld en nieuwe inzichten besproken. Dit gebeurt tevens tijdens workshops die regelmatig worden georganiseerd. Zo houden wij elkaar scherp.

Zoals Sophie zou zeggen: 'Pleasant' om elkaar weer te zien en ervaringen uit te wisselen. Fijne bijkomstigheid was dat ik weer een piepklein stukje van dit prachtige land heb gezien.



V.l.n.r. Anna, Els en Sophie

### Opmerkelijke uitspraken van cliënten

- ✚ "Door BSR is mijn houding veranderd. Ik loop nu rechtop. Hierdoor verandert ook mijn mentale houding. Ik zie meer mogelijkheden en maak me geen zorgen over later. Het gaat om nú."
- ✚ "Mijn rug voelt zoveel beter en ik ben helderder. Ook scherper bij bridge. We hebben zelfs gewonnen!"
- ✚ "Jarenlang kon ik alleen op mijn rechterzij liggen omdat de linkerarm zo pijnlijk was. Nu slaap ik goed, ook op mijn linkerzij."

### Afspraak is afspraak

De meeste cliënten die een afspraak niet nakomen, door een vergissing bijvoorbeeld of doordat er oponthoud is, bieden direct aan het gemiste consult te betalen. Want daar hebben we afspraken over gemaakt.

Toch gebeurt het zo héél af en toe dat iemand verbaasd reageert wanneer de rekening wordt gepresenteerd.

Daarom nog maar een keer: **Afspraken kunnen tot 24 uur van tevoren kosteloos (telefonisch) worden gewijzigd. Daarna zijn de consultkosten verschuldigd\*.**

Mijn werk is een bron van plezier, maar ook mijn bron van inkomsten.

Wanneer een afspraak minimaal 24 uur van tevoren wordt gewijzigd, is er voldoende tijd om de vrijgekomen plaats anders in te vullen.

\*Natuurlijk wordt rekening gehouden met ernstige omstandigheden.



De BSR praktijk  
Waterstede 89  
3605 ND MAARSSENBROEK  
Tel. 06 – 23724715  
[www.debsrpraktijk.nl](http://www.debsrpraktijk.nl)  
[debsrpraktijk@hotmail.com](mailto:debsrpraktijk@hotmail.com)



Aan- of afmeldingen nieuwsbrief of wilt u een vorige nieuwsbrief ontvangen?  
Mail naar [debsrpraktijk@hotmail.com](mailto:debsrpraktijk@hotmail.com)