

Newsletter



„Praxis Noah wächst!“

„Segmentales Stabilitätstraining nach Dr. Wölf“

„Gesundheitsmesse in Leitersdorf“

„Betriebsklausur in Aftaussee“

„Tagesseminar von Mag. Dr. Markus Stark“



physioaustria
mitglied

Ausgabe 04/2010

Mühdorf 3 Gnas 194a
8330 Feldbach 8342 Gnas
0664/4347885 0664/4268353

www.praxis-noah.com

In unserer Novemberausgabe verzichteten wir erstmals auf einen fachspezifischen Hauptteil - und das nur aus einem einzigen Grund: unser Newsletter würde diesmal zum Buch werden! Also schlüpfen wir in festes Schuhwerk und schlendern durch ereignisreiche vergangene Wochen...wir freuen uns über Ihre Begleitung!

Wir beginnen unsere Herbstwanderung in Saaz beim neuen Medcenter, marschieren mit guter Haltung ins Injoy nach Feldbach zu innovativen Rückengeräten, entdecken auf einem Ausflug nach Salzburg unseren Betrieb neu, schauen am Heimweg in Leitersdorf bei der Gesundheitsmesse vorbei und landen hungrig nach Wissen in Gnas beim Tagesseminar von Mag. Dr. Markus Stark.

Angeführt werden wir ab Jänner 2011 von Harald Berghold und Jürgen Lehner, die gleichwertige Partner und Inhaber der Praxis Noah sind. Wir freuen uns über unser Führungsteam, das uns als Praxis nicht nur beruflich zusammenhält, sondern auch in allen Belangen freundschaftlich unterstützt.

.....

1. Ein neuer Standort für die Praxis Noah!

Neben unseren bereits „heimischen“ Praxisstandorten Gnas und Mühldorf erobern wir ab Dezember 2010 Neuland mit den Räumlichkeiten im Medcenter Saaz. Da die Therapieräume barrierefrei zugänglich sind wurden auch beste Voraussetzungen für die Behandlung von neurologischen Patienten und Kindern geschaffen.

Unser Team freut sich auf eine gute Zusammenarbeit mit allen Berufsgruppen im Medcenter!

2. Segmentales Stabilitätstraining im Injoy in Feldbach

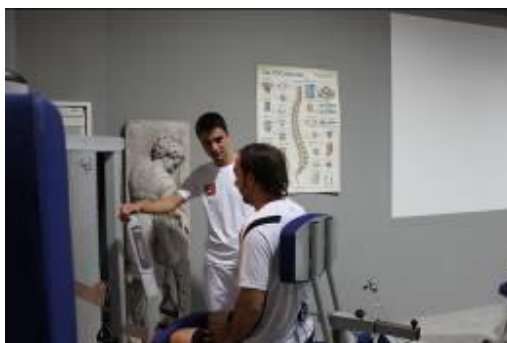
Ein neues Angebot an Trainingsgeräten weckt auch immer die Neugier von uns Physiotherapeuten und so entstand eine Kooperation mit dem Injoy in Feldbach rund um das Wirbelsäulentraining.

Ziel des geräteunterstützten Trainings nach Dr. Wolf ist die Aktivierung der tiefen Bauch- (m. transversus abdominis) und Rückenmuskeln (m. multifidus lumbalis), diese Muskeln sind wesentlich bei der Stabilisation der Lendenwirbelsäule beteiligt.

Das Wiedererlernen der Ansteuerung und Koordination zur Aktivierung dieser Muskeln ist zu Therapiebeginn der wichtigste Schritt.

Durch die Visualisierung der Lenden-Becken Bewegung durch ein Biofeedback System wird die Ansteuerung deutlich erleichtert.

Die Durchführung erfolgt in 18 Trainingseinheiten, wobei die ersten 7 Einheiten von einem Physiotherapeuten aus der Praxis NOAH begleitet werden, für die folgenden 11 Einheiten übernimmt die Betreuung ein Wirbelsäulentrainer aus dem Injoy-Team.



Unter verbaler und taktilem Anleitung unseres Kollegen Markus Kirchengast werden die Übungen am Gerät erlernt und individuell angepasst.

Nach motivierten Selbstversuchen können wir definitiv bestätigen: Konzentration, Körperwahrnehmung und die Muskulatur laufen dabei auf Hochtouren!

3. Gesundheitsmesse Leitersdorf September 2010: wir waren dabei!

Am 18. und 19. September repräsentierten wir die Praxis Noah bei der Gesundheitsmesse in Leitersdorf im Raabtal. Dabei hatten wir die Gelegenheit, Besucher über unsere Praxis, aber auch in allen Fragen der Bewegung und des Körpers zu beraten.



Physiotherapeutin Angela Rupp
erklärt die Mechanik des Kniegelenks



Andere Aussteller der Messe wurden erkundet...



Unsere Ergotherapeutin Petra Nebl im Gespräch mit einer interessierten Besucherin.

4. Betriebsklausur in Altaussee, 24. 9. – 26. 9. 2010

Was passiert wenn 15 Physiotherapeuten und eine Ergotherapeutin an verschiedenen Orten zu verschiedenen Zeiten arbeiten? Erstens: wir können vielen Menschen helfen und Schmerzen lindern. Aber zweitens: sehr viele Kleinigkeiten an Organisationsarbeit wuchsen langsam aber sicher heran – bis wir dem Ruf von Hari und Jürgen folgten zu einem Wochenende in Altaussee um die Sache anzupacken.

Als insgesamt 14-köpfige Gruppe (Toni und Noah repräsentierten den Nachwuchs) stürmten wir motiviert das Jugendgästehaus am Freitagabend. Nach einem stärkenden Abendessen starteten unsere Chefs Hari und Jürgen mit einer strukturierten Vorschau auf das Wochenende.

Schon dabei war deutlich zu spüren, dass uns allen die gemeinsam verfügbare Zeit guttun würde. Es folgten ein kurzer Rückblick auf die Anfänge der Praxis, einer Statistik über den Ist-Zustand und ein Rückblick auf die Supervision im Sommer.



Am Samstag wurden die Ärmel hochgekrepelt, Computer und Gehirn liefen um die Wette heiß, denn es wurde die Materialliste für die neue Praxis in Saaz erstellt, das neue Logo kreiert, das Therapieangebot formuliert und erste Ansätze für einen neuen Folder entstanden.



Martin Frankl, Christian Busse und
Kerstin Kundigraber in
Höchstkonzentration

Als einer der wichtigsten Punkte wurde auch die Ressourcenplanung für das Medcenter in Saaz durchgeführt, um Therapiezeiten passend auf das Patientengut abstimmen zu können. Die Herausforderung mit gleichbleibender Therapeutenzahl drei Standorte abzudecken konnte uns nur durch eins gelingen: Teamwork!

Hari Berghold und Markus
Kirchengast studieren die Optik des
neuen Logos



Und so kehrten wir am Sonntag nach Hause zurück, mit der Erkenntnis dass man sich in einer Jugendherberge wie im Sternehotel fühlen kann, von unserer Liste alle Punkte abgehakt werden konnten und nichts so wichtig und produktiv ist wie die Zusammenarbeit in Freundschaft!

5. Wir gratulieren!

Seit 21. August 2010 ist der Gründer unserer Praxis ein verheirateter Mann: Hari gab Andrea im romantischem Rahmen das Ja-Wort. Mitarbeiterin Sandra Strobl folgte dem guten Beispiel und gab Günther Pfeifer das Eheversprechen am 4. September 2010. Bitte beachten Sie die Namensänderungen von Andrea Suppan zu Andrea Berghold und Sandra Strobl zu Sandra Pfeifer.



Das Team der Praxis Noah wünscht den frisch verheirateten Paaren das Beste!

6. Tagesseminar mit Mag. Dr. Markus Stark

„Was auch immer der Vater der Krankheit ist, die Mutter war mit Sicherheit eine falsche Ernährung“ (Hippokrates von Kos).

Für die Teilnehmer des Seminars „Nahrung als Medizin“ war dieses Zitat eines der vielen Merksätze für den Einfluss von Ernährung auf unsere Gesundheit.



Im Jugendgästehaus Gnas wurden Effekte der Nahrung auf die Wundheilung, Fettleber und ihre Folgen und Grundlagen der klinischen Psycho-Neuro-Immunologie von Mag. Dr. Markus Stark beeindruckend veranschaulicht. Während sämtliche Flipchart-Zeichnungen eindrucksvolle Zusammenhänge zwischen Ernährungsverhalten und Gesundheit erklärten, wurden wir auch motiviert, eigenes Essverhalten zu hinterfragen.

Nach mehr als acht Stunden Eintauchen in teilweise verblüffende Vorgänge und Reaktionen in unserem Körper wissen wir, dass man wohl wirklich ist, was man isst!



7. Ein Blick in die Kristallkugel für 2011

Im März wird wieder ein Newsletter der Praxis Noah erscheinen!



Die Praxis Noah wünscht Ihnen viel Gesundheit,
eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Redaktion: Sandra Pfeifer