**Utbildning inom Fascia mobilisering**

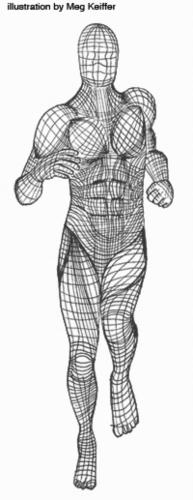
****

©

*”Jag känner mig så stel!”*

*”Jag har mindre kontroll efter min skada och jag kommer bara en viss bit med rehabträningen och sedan händer inget mer.”*

**RISE**



Fascia är en heltäckande elastisk väv som kommunicerar via mekaniska signaler ungefär på samma sätt som nervsystemet kommunicerar via elektriska signaler.

Efter en skada, överansträngning eller åratal av att inta en icke-optimal hållning så förändras dess struktur. Detta kan bland annat påverka ledstabilitet, proprioception, koordination av muskelaktivering runt en led samt direkt ge upphov till smärta.

Målet med denna introduktionskurs till fascia mobilisering är framförallt att ge

**DIREKTA PRAKTISKA VERKTYG** som kan användas i den kliniska vardagen. Fokus kommer att ligga på tekniker för att behandla fascian i övre och nedre extremiteterna.

Mellan de praktiska delarna finns teoretiska delar som kommer att fokusera på hur fascia fungerar och hur förändringar i denna kan bidra till patientens problem.

Kursen kommer också beröra hur undersökningen av fascia kan integreras i din ordinarie kliniska undersökning, samt hur behandlingen kan användas tillsammans med dina andra behandlingstekniker och rehabträning.

Fasciatänket öppnar verkligen upp nya spännande möjligheter och är definitivt en viktig del i den moderna rehabiliteringen! Denna kurs kommer att ge dig massor av användbara verktyg att kompletera verktygslådan med! Dessa kommer garanterat att förbättra dina behandlingsresultat!

För mer information om kursinnehållet kontakta läraren på: [teresebruinen@gmail.com](mailto:teresebruinen@gmail.com)

**Kursinnehåll:**

**Dag 1:**

09:00 Samling och presentation av lärare samt kursinnehåll

09:30 Vad är fascia?

10:30 Förmiddagsfika

11:00 Screening av fascia restriktioner samt påbörjan tekniker ländrygg

12:30 Lunch

13:30 Fascia tekniker kring ländrygg/bäcken

15:00 Eftermiddagsfika

15:30 Fascia tekniker kring bäcken/lår

**Dag 2:**

09:00 Fascia tekniker vad/fot

10:30 Förmiddagsfika

11:00 Fascia tekniker bröstrygg och skuldra

12:30 Lunch

13:30 Fascia tekniker över och underarm

15:00 Eftermiddagsfika

15:30 Knyta samman säcken och integrering med ordinarie kliniska undersökning och behandling.

**Var?**

Idrottsmedicinskt center, Fairplay TK, Trollenäsgatan 2 Malmö

**När?**

19-20 maj 2018

**Kostnad**

5000 exl moms

**Terese Bruinen** är sjukgymnast med erfarenhet både från primärvården, privata sjukgymnast kliniker samt arbete med professionella atleter (bland annat Getafe fotbollsklubb) och dansare. Hon har specialiserat sig inom rörelseanalys och fascia mobilisering och använder dessa områden för att förstärka varandra samt kompleterar detta med andra manuella tekniker och rehabträning. Hon har även tagit fram workshops riktade mot dansare och yogis. Innan hon började sin karriär som sjukgymnast har hon forskat om immun systemet och hon använder dessa kunskaper för att kunna tolka resultat från basforskning så att de blir lätt förståeliga och direkt användas i den kliniska vardagen. Tillsammans med sin **partner** har hon skapat organisationen RISEd (research for integrative and sustainable development) vars mål är att skapa metoder och tankesätt kring hållbar personlig utveckling.