



# TAG MED PÅ WORKSHOP!

af Karin Cappelen

*Jeg kan på det varmeste anbefale at bruge en dag på workshop sammen med Bækkensmerter.dk. Vi var 35 kvinder og et par enkelte mænd*

*Så meget positiv energi, glæde, nysgerrighed og gå på mod skal man lede længe efter på trods af daglige smerter og bunkevis af frustrationer, så løfter vi hinanden i flok og går hjem med et smil på.*

## **Om mig**

Jeg holder til i Køge, hvor jeg har en klinik: House of Bodycare, hvor jeg laver bindevævsbehandlinger og Kranie Sakral terapi. Jeg kom i kontakt med Bækkensmerter.dk igennem Niels Henriksen, som er kiropraktor. Vi behandlede den samme klient og havde stor glæde af samarbejdet, der faldt ud til klientens fordel til en mere effektiv behandling og derved færre smerter.

Jeg blev en dag kontaktet af Lene Pilegaard fra Bækkensmerter.dk, der spurgte mig om jeg ikke kunne tænke mig at komme med til workshop som sundhedsprofessionel. Hun er virkelig dejlig at tale med, det er som om jeg altid har kendt hende.

## **Varm modtagelse**

Jeg ankommer til Glostrup Parkhotel med briks, taske, tensigrity figurer, hvor 2 søde kvinder fra Bækkensmerter.dk modtager mig og oveni købet tilbyder at hjælpe med at bære alle mine ting ind. Det nænner jeg ikke, de har jo bækkensmerter.

## **2 cases – 4 behandlere**

Til dette års workshop var vi 4 sundhedsfaglige personer: Gyn Obs fysioterapeut Micha Grøn, der arbejder meget med arvæv, osteopat Michael Cohrt, kiropraktor Niels Henriksen og jeg selv Karin Cappelen. Der

var 2 personer, der stillede op som cases og var så søde at lægge krop og øjne til i en hel time til at stå op, ligge ned, blive undersøgt og blive snakket om. Vi kunne ikke forberede os hjemmefra, hvilket var sjovt, for så var det jo lige som en dag på klinikken.

I lokalet var der stillet stole op i en cirkel med brikse i midten. Der var en meget varm og omsorgsfuld energi i lokalet blandet med nysgerrighed og en lille smule sund skepsis. Vi fornemmede kun det positive.

Det var virkelig sjovt og dejligt at møde 3 meget dygtige kolleger, hvor vi "spillede bold" med hinanden og hele omdrejningspunktet var, hvordan kan vi hver især hjælpe mennesker til færre smerter og endnu bedre, hvordan vi kan gøre det sammen.

Efter den første case, var der en fantastisk frokost, gruppebillede og derefter endnu en case. Så blev der mulighed for at stille spørgsmål til os. Efterfølgende var der 4 arbejdsstationer, hvor man kunne skrive sig på lister til. Det var desværre ikke alle, der kunne nå alle 4 arbejdsstationer og tiden fløj afsted og lige pludselig var der gået 2 timer. Da workshoppen var slut, kunne de, der overnattede på hotellet og de andre, der ønskede at deltage i foreningens 30 års jubilæumsfestmiddag om aftenen, nå at hvile sig og klæde om.

## **30 års jubilæumsfest**

Sikken en fest - så mange sjove sange, skåle, dans, latter og sjov samlet på et sted var helt fantastisk. I dagens anledning var der også lavet en "Workshop sang" og en sang om foreningens 30 års jubilæum.

Jeg kan blot sige: "Kom og vær med, det skal opleves".