

## Brainwave 2

# Van Halliwick naar Water Specifieke Therapie

De Nederlandse Halliwick Vereniging organiseert op **Vrijdag 25 Juni 2021** wederom een studiedag

### **BRAINWAVE II**

#### ***Van Halliwick naar Waterspecifieke Therapie***

Halliwick is oorspronkelijk een methodisch stappenplan om iemand met een – lichamelijke – beperking zelfstandig te leren bewegen in water: het Tien-Punten-Programma. Het werd ontwikkeld door James McMillan, een vloeistofmechanisch ingenieur uit London. Hij begon in 1950

**Halliwick = motorisch leren in water om te gebruiken in het water.**

Rotatiecontrole is letterlijk de “core business” van Halliwick: de romp wordt getraind om uiteindelijk armen en benen een anker te geven voor functionele bewegingen: veilig en zelfstandig worden; zwemmen dus. Deze romptraining trok de aandacht van (fysio)therapeuten: de romp is ook belangrijk voor activiteiten op het droge. In 1975 werd McMillan gevraagd om in Bad Ragaz (Zwitserland) samen met hen Halliwick principes te gebruiken voor therapie in het water. Dit werd de Waterspecifieke Therapie (WST).

**WST = motorisch leren in water om te gebruiken op het droge**

Halliwick en WST zijn in de loop van hun geschiedenis veranderd en inmiddels zeer goed gedocumenteerd door onderzoek. Halliwick wordt ook gebruikt voor mensen die helemaal niet kunnen leren zwemmen en ook voor mensen met andere beperkingen dan de lichamelijke. WST was oorspronkelijk vooral gericht op gelokaliseerde (vrij statische) oefeningen, maar is dynamischer geworden met meer focus op executieve functies voor het functionele evenwicht, het uithoudingsvermogen, het spiervermogen en functie van fascia.

In theorie en in praktische workshops worden diverse elementen van Halliwick en Waterspecifieke Therapie belicht als kern van het symposium. Onze belangrijkste keynote speaker is Marcel Hulselmans. Hij past het concept in zijn dagelijkse praktijk toe sinds 1984 en is Senior lecturer in de Association IATF uit Zwitserland.

Behalve deze kern is er ook ruimte voor andere presentaties op het gebied van therapeutisch-pedagogisch bewegen in water.

#### **Doelgroep**

Fysiotherapeuten en andere paramedici, PMT-ers, bewegingsagogen, zweminstructeurs etc. die in het water werken met kinderen/volwassenen met neuromusculaire en neuropsychologische aandoeningen

Locatie en datum: Hogeschool Windesheim Zwolle, Vrijdag 25 Juni, 2021.

## **Programma 25 Juni 2021**

### **09.15 Ontvangst**

09.45 Marcel Hulselmans : Water Specifieke Therapie (WST)  
Fysiotherapeut Werner-Wicker-Klinik, Bad Wildungen, Duitsland

10.45 Pauze

11.00 Johan Lambeck: het Halliwick Concept  
Fysiotherapeut Association IATF te Valens-Zwitserland

11.45 Jan van de Rakt: Halliwick en WST toegepast: Diagonalen  
Fysiotherapeut /Bobath docent . Verpleeghuis Waelwick te Ewijk

### **12.15 lunch**

### **13.15 Eerste ronde workshop**

1. Wiebe Zinger . Zwemmen met ernstig meervoudig gehandicapte deelnemers  
PMT-er bij NiLoKa orthopedagogisch dagcentrum te Zwolle en SI consulent
2. Sanne Lambeck: Waterspecifieke Therapie-Halliwick: een neurologische casus  
Fysiotherapeut Sint Maartenskliniek te Nijmegen
3. Karin Felten – Barentsz of Roel van Orsouw. Intensive Care in het water.  
Fysiotherapeut, MSc, PhD-student Radboudumc

### **In en rond het zwembad – deelnemers en kijkers beperkt qua plaatsen**

(In het bad – beperkt aantal deelnemers en Rond het bad kijkers vanaf de kant)

1. Patty van 't Hooft /Melanie Kastelijin: Workshop Halliwick Tien Punten toepassingen  
in regulier en speciaal zwemonderwijs  
Patty van 't Hooft, MPMT en docent aan de Calo, Hogeschool Windesheim te Zwollen  
Melanie Kastelijin. SI-therapeut, gespecialiseerd Zwemonderwijs en Visueel vertaler  
te Schijndel
2. Marcel Hulselmans /Johan Lambeck. Water Specifieke Therapie

### **14.15 pauze**

### **14.30 Tweede ronde workshop**

1. Melanie Kasteleijn . Het tien-punten programma binnen het zwemonderwijs
2. Patty van 't Hooft Halliwick en autisme.
3. Jan van de Rakt Diagonalen: Balans onderzoek en training.

### **In en rond het zwembad – deelnemers en kijkers beperkt qua plaatsen**

1. Marcel Hulselmans / Johan Lambeck Workshop in water - Waterspecifieke  
therapie.
2. Ruud Verspiek Workshop staan en lopen in water.

Fysiotherapeut 45 jaar actief in de hydrotherapie

15.30 pauze

15.45 **Plenaire afsluiting**  
Johan Lambeck

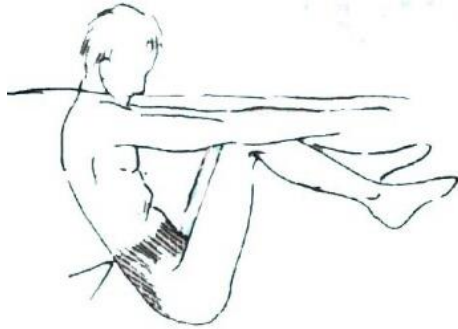
16.15 Einde Congres

**Kosten voor niet –leden € 80,-** aanmelden NHV secr.: [jan@vanderakt.nl](mailto:jan@vanderakt.nl)

**Kosten voor leden van de NHV = € 40,-**  
Wijzigingen voorbehouden

**Sponsors ;**

**Aquatic Rehabilitation Consultants, Malden**



**Stichting  
N.D.T.  
Nijmegen**

**Sprekers;**

**Marcel Hulselmans Lezing / Workshop in het water.**

Waterspecifieke Therapie (WST) is ontstaan op basis van de vloeistofmechanica van James McMillan, de grondlegger van het Halliwick Concept. Deze eigenschappen van het water hebben invloed op allerlei systemen in het lichaam. Deze invloeden kunnen worden gebruikt om therapeutische effecten te krijgen wanneer er problemen zijn met een systeem (bijvoorbeeld het spier-pees systeem). Bewegen in water wordt dan dus gebruikt om veranderingen te krijgen op het droge. Urs Gamper zal een overzicht geven van de de mogelijkheden die de WST heeft.

**Johan Lambeck Lezing /Workshop in het water**

Johan heeft McMillan kunnen assisteren bij ongeveer 30 cursussen in Nederland en Zwitserland. Hij is vanaf het begin betrokken geweest bij de ontwikkeling van het Halliwick Concept in Nederland. In zijn inleiding zal hij een historische schets geven van "Halliwick in Nederland".

In de praktijksessie wordt samen met Urs Gamper de WST via diverse oefeningen en activiteiten belicht, gericht op volwassenen met neuro-musculoskeletale aandoeningen.

### **Patty van 't Hooft / Melanie Kasteleijn Praktijk workshop in het water**

Halliwick als methodische basis voor de watergewenning bij het leren zwemmen

De Halliwickmethode legt veel nadruk op ademhaling- en evenwichtscontrole bij het beter leren bewegen in water. Tijdens deze workshop wordt ingegaan op het ervaren van deze controles en van het belang van een methodische opbouw in regulier en speciaal zwemonderwijs volgens het 10-punten programma. De deelnemers ervaren in verschillende situaties wat het bewegingsprobleem is binnen de verschillende Halliwick fasen. Daarnaast leren zij ontwerpen op speelse activiteiten met als doel de zwemmer ( met of zonder beperking) impliciet motorisch te laten leren op deze bewegingsproblemen. Er wordt geleerd hoe deze activiteiten zowel in één op één situaties als in groepen te gebruiken.

### **Melanie Kasteleijn Workshop**

Het tien-punten programma binnen het zwemonderwijs.

Leren zwemmen is leren omgaan met je houding en beweging in de steeds wisselend evenwichtsomstandigheden in water. Vooral bij kinderen/volwassenen die door een beperking of stoornis moeite hebben met motorisch leren kan de Halliwickmethode helpen om plezieriger en effectiever te leren bewegen in water. Deze workshop geeft handvatten om het Halliwick tien-punten programma te integreren in de watergewenningsperiode of het voortraject binnen het zwemonderwijs. Door de duidelijke methodische opbouw van het programma kunnen de activiteiten in watergewenningsperiode doelgericht worden ingezet waardoor de leerlingen spelenderwijs activiteiten aangeboden krijgen waar ze bewegend aan toe zijn.

### **Patty van 'Hooft Workshop**

Halliwick en autisme.

Het Halliwick tien-punten programma ingezet bij het leren zwemmen met een Autisme Spectrum stoornis

Kinderen met een autisme spectrum stoornis hebben een andere informatieverwerking dan kinderen zonder deze stoornis. Bewegen in water geeft veel sensomotorische informatie aan het lichaam en vraagt daarmee op een goede afstemming van houding en beweging. Deze afstemming op het water gaat bij veel kinderen met een autisme spectrum stoornis zo anders, dat leren zwemmen voor hen een angstig avontuur wordt. In deze workshop bespreken we de bewegende en sociaal-emotionele uitdagingen die kinderen met autisme ervaren in het water en hoe de lessen aan te passen zodat deze kinderen niet vanuit angst maar vanuit ontdekken, zwemmen willen leren. Het Halliwick tien-punten programma kan hier een belangrijke rol in spelen.

### **Jan van de Rakt Diagonalen Lezing**

Allemensen bewegen dankzij het bestaan van de diagonalen.

We denken dat we lopen zonder onze armen maar als we de armen stil langs ons lichaam houden kost het meer energie ( 1) Op het moment dat we leren lopen of her-leren lopen zien we dat de inzet van de armen om te kunnen lopen vergroot wordt. (2,3) Bij ouderen en Parkinson- patiënten lijkt de armzwaai af te nemen maar dat komt omdat de armen harder nodig zijn om de houding optimaal te houden en als evenwicht een probleem gaat vormen dan gaan de ellebogen krom om de inzet voor het behoud van balans te kunnen verbeteren. Bij zwemmen en vooral de crawl zie je deze diagonalen

ook weer terug. Via de filmpjes gaan we kijken naar de ontwikkeling van het lopen met behulp van de diagonalen en maken we uitstapjes naar patiënten met Parkinson, na een beroerte, dementie maar ook wat er gebeurt als we patiënten de mogelijkheid geven te oefenen op het lopen met inzet van hun armen.

### **Balans onderzoek en training. Workshop**

Basis uitleg over de diagonalen en dan in de praktijk testen van het evenwicht op elkaar.

Testen omtrent het vermogen om te reageren op druk en dus een gewichtsverplaatsing (statiek)

Testen van de kracht in de voet musculatuur wat toch uit onderzoek vaak het verschil maakt tussen gezonde jongeren en gezonde ouderen. Kracht testen van de diagonaal kracht structuren en coördinatie in lig en zit. En in stand de one leg standing test. Vaak blijkt dat de power onvoldoende is en hoe deze te trainen juist ook in water. Hiervoor de regels betreffende krachttraining en natuurlijk elementen uit het motorische leren en her-leren. Toch is bij de meeste ouderen, ook die met dementie, niet "het niet meer weten hoe" van toepassing maar "het niet meer kunnen omdat de power te gering is".

### **Ruud Verspiek Workshop in het water**

Tijdens het lopen in water werken er diverse krachten op het lichaam in. Dat heeft vooral effect op de heupbalans. Door het staan/lopen te combineren met andere acties, zoals extra arm- of beenbewegingen, kan aan bepaalde facetten van de heupbalans extra aandacht worden besteed. Wanneer sprake is van problemen met de heupbalans is men snel bang om te vallen. Dat leidt tot een meer krampachtig bewegen en minder mogelijkheden om selectief spieren goed te gebruiken. In water wordt men rondom gesteund en is er minder kans om te vallen. Hierdoor kan meer aandacht aan de coördinatie van het spiergebruik in het heupgebied worden besteed. Tijdens de workshop zal een en ander in de praktijk worden gedaan, zodat men deze zaken zelf kan ervaren. Er zijn veel verschillende oorzaken van een verstoorde heupbalans. Dat betekent dat men moet zoeken naar de juiste manier om dit te behandelen. Ik hoop dat de ervaring van deze workshop leidt tot meer inzicht in dit aspect van het lopen staan en op een uitbreiding van de behandelmogelijkheden.

### **Wiebe Zinger – Workshop**

*Bewegen in het water met een verstandelijke en/of meervoudige beperking*

Werken met deelnemers met ernstig verstandelijk en/of meervoudig beperking in het water geeft, veel voldoening maar het vraagt specifieke kennis, vaardigheden en creativiteit als je hulpvraag gericht wil werken. In deze workshop wordt er een inkijk gegeven in de kenmerken van de doelgroep en hun hulpvragen. De theorie vanuit de sensorische informatieverwerking en Halliwick worden gecombineerd om een beweegaanbod te creëren dat passend is bij die hulpvraag. In deze workshop zullen verschillende praktijkvoorbeelden aan de orde komen om op een speelse manier tot beleven, spelen en leren te komen. Beleving en plezier zijn namelijk de kernvoorwaarden om tot leren te komen. In deze workshop worden handvatten geboden om tot een beweegaanbod te komen, wat passend is voor deze doelgroep.

### **Roel van Orsouw of Karin Felten - Barentsz. Workshop**

"Voor de patiënt op de afdeling intensive care die moeilijk is te ontwennen van de beademing wordt een individueel en op maat gesneden ondersteunings- en ontweningsprogramma opgezet. Een speciaal samengesteld, toegewijd en deskundig team van o.a. artsen, verpleegkundigen, verpleegkundig specialist, verpleegassistenten en fysiotherapeuten helpt en begeleidt de patiënt en

hun naasten op weg naar het weer zelfstandig kunnen ademen. Uniek in de mogelijkheden binnen het ontweningsprogramma is de toepassing van het oefenbad. Een aantal keren per week wordt in het water met de patiënt getraind onder begeleiding van een fysiotherapeut en een verpleegkundige. Voordeel van deze manier van oefenen is het verlaagde lichaamsgewicht waardoor bewegen minder kracht en energie kost. Zo kunnen activiteiten zoals staan en lopen, die op het 'droge' vaak nog niet mogelijk zijn, in het water wél geoefend worden. Ook verdwijnt de eventuele angst om te vallen. In het warme water is het gemakkelijker ontspannen, kan een verhoogde spiertonus afnemen en kunnen pijnklachten gereduceerd worden. Patiënten krijgen zo weer vertrouwen in hun lichaam: het geeft ze een positieve boost met betrekking tot hun revalidatietraject. Het oefenbad van de Intensive Care van het Radboudumc is het eerste oefenbad ter wereld waarin ook patiënten kunnen oefenen die afhankelijk zijn van beademingsapparatuur. Ook deze ernstig zieke patiënten kunnen zich hier enigszins vrij bewegen in water, veilig begeleid door een fysiotherapeut en een verpleegkundige.

### **Sanne Lambeck Lezing**

Oefenen in water is voor veel patiënten in een revalidatiecentrum vaak een eerste ontmoeting met de herkenning dat het veranderde lichaam toch nog plezierige mogelijkheden heeft: zonder hulp kunnen staan, bewegen zonder valangst, iets doen zonder pijn, gewoon spelen (met een bal). Hoe groter het probleem met de zwaartekracht, hoe (relatief) groter de voordelen van het water zijn. Sanne zal aan de hand van patiëntvoorbeelden vertellen hoe Halliwick en WST kunnen worden toegepast in de revalidatie van volwassenen.

**[Aanmelden NHV secr.: jan@vanderakt.nl](mailto:jan@vanderakt.nl)**