



Populær børnekiropraktor kommer til Kiropraktisk Klinik Skive

Anne Katrine Steffensen er begyndt i klinikken på Østergade i Skive hos Lars Rud Rasmussen og Dorthe Plagborg.

Kiropraktor Anne Katrine Steffensen er kommet til Skive og vil sætte fokus på trivsel og bevægelse blandt børn, unge og gravide, samt gøre behandling lettere tilgængeligt for de yngre borgere og deres mødre i Skive og omegn.

Anne Katrine har stor erfaring med behandling af børn i alle aldre og har særligt fokus på spædbørn, hvor problemer som favoritside,

fladt baghoved, utrøstelig gråd, mavekneb og langsom motorisk udvikling er blandt nogle af de ting forældrene henvender sig med.

Men også ældre børn, der pludselig får ondt eller har haft det gennem længere tid, kommer til behandling med god effekt. Derudover er behandling af gravide også en af Anne KATRINES store passioner, da en god graviditet giver de bedste vilkår for en

god fødsel og et godt efterfødselsforløb. Tilsammen er det opskriften på en god og tryk start på livet for barnet.

Også klinikens andre patienter kan se de nye tiltag, da der er kommet ændringer i klinikens indretning, så der er et mere børnevenligt miljø og et ekstra venteværelse, hvor forældre uforstyrret kan sidde og amme, skifte ble, skifte tøj mm, før og efter de har været på besøg hos Anne Katrine.

Anne Katrine har tidligere været ansat hos Kiropraktorerne Rygcenter Viborg og senest hos Kiropraktor Bettina

Miltersen i Holstebro. Derfor kan hun udover at behandle børn, også behandle de samme tilstande som andre kiropraktorer kan. Det kan være hold i ryggen, langvarige eller pludseligt opståede smerter i muskler og led, sportsskader og belastningsrelaterede smerter i kroppen.

På Kiropraktisk Klinik Skive glæder de sig over at kunne tiltrække en dygtig kiropraktor, som kan tilbyde noget helt nyt i byen, så byens borgerne ikke behøver at køre langt for at komme til behandling.



Kiropraktor Anne Katrine Steffensen.

Kiropraktisk Klinik Skive
Dorthe Plagborg
Lars Rud Rasmussen
 Østergade 4C · 7800 Skive
 97 51 02 11 www.skive-kiropraktor.dk

Bestil tid online
på www.jorn-sandal.dk
Fysiurgisk massage og zoneterapi

Jørn Sandal
 Massage & Zoneterapi
 Højbro 34 - 7900 Nykøbing Mors - Tlf. 23 63 90 76

Aut. Klinisk Tandtekniker
Louise Høyer
 Skive · Struer · Holstebro · Nykøbing Mors

- Vore klinikker lever 100% op til sundhedsmyndighedernes skærpede krav grundet Covid-19.
- Vi gør alt for at sikre dig og os selv bedst muligt.
- VI GØR: Ekstraordinært rent, spritter af efter hver patient, bærer handsker, visir og mundbind.
- DU GØR: Mød kun op, hvis du er helt sikker på du ikke har symptomer. Mød altid til aftalt tid.

Hos os får du kun én kvalitet og pris - nemlig den bedste... og det med garanti

- Vi tilbyder gratis eftersyn til nye kunder
- Vi anbefaler os med alt i tandproteser
- 19 års erfaring med fremstilling i egne laboratorier
- Medlem af LKT (landsforen. af kliniske tandteknikere)
- Vi hjælper gerne med ansøgning om kommunalt tilskud
- Finansiering tilbydes ÅOP 0%

"Et smukt smil er det flotteste du kan ta' på!"

POSTHUSTORVET 4, 1. 7800 SKIVE **9751 0029**

NYGADE 5A 7900 NYKØBING M **9772 3240**

Husk at lytte til din partner

Hvornår har du sidst lyttet til din partner? Hvor du vel at mærke bruger din fulde opmærksomhed på at forstå, hvad han eller hun ønsker at fortælle dig? Hvor du ikke afbryder, men giver plads? Hvor du dropper dine forudindtagne opfattelser og er oprigtigt nysgerrig? Er det længe siden, du har lyttet på denne måde i dit parforhold? Så er

det tid til at kigge din egen adfærd efter i sømmene, mener parterapeut, Christiane Meulengracht:

- Det at lytte og være nysgerrig på hinanden er en altafgørende kærlighedsdisciplin, som vi desværre har tendens til at glemme i parforholdet. Vi er gode til det som nyforelskede, men som årene går, skruer mange op for den

impuls, de fleste af os har inden i, som handler om at respondere hurtigt og forsvare os overfor det, vores partner siger - i stedet for at høre rigtigt efter og give plads. Jeg vil gå så langt som til at påstå, at dét, at vi holde op med at lytte til hinanden, er hovedårsagen til utroskab og skilsmisser, siger Christiane Meulengracht.

Ifølge parterapeuten vil mange opleve det som et svigt, når de ikke føler sig set og hørt af deres partner, og over tid opbygger der sig ofte en følelse af, at man gør alting forkert eller endnu værre, at det er helt ligegyldigt, hvad man siger. Utroskab kan ofte komme ind i billedet her, når vi så pludselig møder et andet menneske, som ser os og giver os den udelte opmærksomhed, vi savner i vores eget parforhold. Det har en stærk og dragende kraft, forklarer

Christiane Meulengracht.

I sin klinik møder Christiane Meulengracht ofte par, som tror, at de er gode til at lytte til hinanden, mens de faktisk gør det modsatte. En god identifikation på, om det er tilfældet, er at overveje, hvor meget man i sin kommunikation konstaterer på vegne af sin partner frem for at stille åbne og undersøgende spørgsmål:

- Mine alarmklokker ringer altid, når jeg hører par, som i deres fælles kommunikation bruger sætninger såsom "Nu synes du jo nok, at" eller "Du mener jo, at...". Problemet er, at vi på denne måde lader os styre af vores fordomme om hinanden og helt overser, at vi udvikler os hele livet, også i parforholdet. Det er meget bedre for kærligheden at se sin partner som et "mysterium", vi skal undersøge og være nysgerrige på - hver dag! Jo mere du gør dette, jo mere vil du opleve, at kærligheden blomstrer, siger Christiane Meulengracht.



Husk at lytte, lyder rådet fra Christiane Meulengracht.

Plan sætter patienten i centrum

Regionsrådet har vedtaget en ny sundheds- og hospitalsplan fuld af visioner for de næste 5-10 års udvikling. Region Midtjylland vil stå i spidsen for et venligt og

imødekommende sundhedsvæsen, som borgerne føler sig trygge ved, og som tager udgangspunkt i den enkeltes ressourcer og behov.

- Vi vil hele tiden skulle

udvikle regionens sundhedstilbud, fordi sygdomme og behandlinger konstant udvikler sig og fordi vores udgangspunkt som patienter er forskellige. Nye behandlinger vil kræve særlige kompetencer og nyt udstyr. Udviklingen åbner også for, at vi kan flytte flere behandlinger tættere på borgerne, så vi sikrer god hjælp i alle egne af regionen, siger Anders Kühnau, regionsrådsformand.

Det nære og sammenhængende sundhedsvæsen er et omdrejningspunkt for fremtidens sundhedsvæsen.

- Vi har et godt og tæt samarbejde med læger, kommu-

ner og patientforeninger om tilbud i fx psykiatri- og sundhedshuse og i borgernes eget hjem. Vi vil gerne udvikle flere tilbud tæt på, hvor borgerne bor og tage nye digitale løsninger i brug. Med den rette støtte til brugerne er jeg sikker på, at ny teknik kan hjælpe os med at nå ud til flere borgere, siger Anders Kühnau.

Planen er blevet til i tæt samarbejde med borgere, kommuner, praktiserende læger, patientforeninger og mange andre fagfolk og samarbejdspartnere. Det har givet en længere proces, men har også sikret, at flere perspektiver er kommet med.

Oddense Fysioterapi
 Kraniosakralterapeut
 Aut. fysioterapeut Lone Bach Mortensen
 Højskolevej 2 · Oddense · 7860 Spøttrup
Telefon 40 88 95 54
 Åbent daglig kl. 8.00-16.00