

VOETEN magazine

Rachel Oomens

'Gewend aan pijn'

jaargang 2009 nummer 1

Zomertrends in schoenen

'**Tintelende** benen en **beurse** voeten'

'Schoenen als **eyecatchers**'

Inhoudsopgave



| | |
|----|---|
| 3 | Voorwoord: Voeten in beeld |
| 4 | Zomertrends in schoenen |
| 6 | 'Ze kunnen zichzelf niet zo goed uitdrukken' |
| 9 | Met gezonde voeten de zomer in |
| 10 | Kennis uitwisselen tijdens internationaal congres en vakbeurs |
| 12 | Ronald Kolk: 'Schoenen als eyecatchers' |
| 16 | Pijn? De voorstelling gaat gewoon door |
| 18 | Van 'casuals' naar 'lakjes' |
| 20 | 'Tintelende benen en beurse voeten' |
| 22 | Voorbereid aan de wandel |
| 23 | Puzzel |

Voetenmagazine is een uitgave van: DamenRomijn communicatie & marketing, Van der Does de Willeboissingel 2, 5211 CA 's-Hertogenbosch, in opdracht van de NVOS-Orthobanda

Redactie: Nederlandse Vereniging van Orthopedisch Schoentechnici (NVOS-Orthobanda)

Productie en vormgeving: DamenRomijn, 's-Hertogenbosch

Tekst: DamenRomijn, 's-Hertogenbosch, Marjo van Lijssel

Coverfoto: Dirk Kreijkamp

Fotografie: Dirk Kreijkamp

Marketing en sales: DamenRomijn (073) 69 103 69

Druk: Rolo Smeets Utrecht

Oplage: 30.000 exemplaren

Disclaimer: Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever openbaar worden gemaakt of vervoelvoudigd. De NVOS-Orthobanda is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Het Voetenmagazine wordt financieel mede mogelijk gemaakt door OFOM.



Voeten in beeld

Voeten zijn bijzonder. Ze dragen ons een leven lang. We gebruiken ze in spreekwoorden en gezegdes, als instrument om mee te dansen, object om mee te pronken en als het noodzakelijk onderstel van de benenwagen. In dit Voetenmagazine komen alle manieren van het gebruik van voeten aan bod.

Zo hebben we ontwerper Ronald Kolk bereid gevonden om zijn samenwerking met orthopedisch schoentechnicus Mauritz Vlot uit de doeken te doen. Een samenwerking die op het eerste gezicht niet voor de hand ligt. Vlot maakt namelijk niet alleen orthopedische maatschoenen, hij ontwerpt ook exclusieve schoenen passend bij de laatste trends en wensen van de klant. Kolk heeft zelf ook twee paar van Vlots schoenen in zijn bezit. En die 'zitten als pantoffeltjes'.

Zorgzaam voor voeten

Mensen zijn niet altijd even zorgzaam voor hun voeten. Pedicure Marianne Vorstermans legt uit hoe u uw voeten weer fris en mooi maakt na de winter. En ballerina Rachel Oomens is dagelijks afhankelijk van haar voeten. Maar of spitzen nou bevorderlijk zijn voor het houden van gezonde voeten? Diezelfde vraag is van toepassing op het lopen van de Nijmeegse Vierdaagse. Ongetraind en op het verkeerde schoeisel kan het een helse beproeving zijn. Bas Grol doet verslag van zijn deelname en de sfeer tijdens het evenement. Orthopedisch schoentechnicus Cor Rameau adviseert hoe u zich het beste voorbereidt op een fikse wandeling.

Voetonderzoek

Daarnaast vertelt Rob Verwaard over de internationale IVO-beurs in Den Haag dit jaar november. Een vakbeurs waarbij het nóg beter helpen van de klant centraal staat en allerlei vooruitstrevende onderzoeken worden gepresenteerd. Bovendien nemen we de laatste mode onder de loep én hoe deze mode zich laat vertalen in orthopedische schoenen. Want het stoffige imago van de orthopedische schoen is al lang verleden tijd. Met de huidige technieken en materialen kan de orthopedisch schoentechnicus uw schoenen aanpassen aan de laatste mode en ze tegelijkertijd comfortabel en ondersteunend maken. Dat loopt wel zo lekker.

Veel leesplezier,

Michel Florijn
Voorzitter Stichting Voorlichting Orthopedische Schoentechniek (SVOS)

Zomertrends

in schoenen

De nieuwste schoenmode staat volgens trendwatcher en schoenontwerper Bram de Vries in het teken van transparantie. Je ziet het terug aan perforaties in de schoenen. Ook western en sport zijn populaire thema's. En als drager van (semi-)orthopedische schoenen, kunt u tegenwoordig ook gewoon meedoen aan de nieuwste mode.

Retrosneakers, perforaties, westernlaarzen, botte neuzen en felle kleuraccenten. Dát zijn volgens trendwatcher en schoenontwerper Bram de Vries de trends van de gewone modeschoen deze zomer. "Alles moet tegenwoordig transparant zijn", legt hij uit. "In de politiek, in de mode en in ons interieur. In modeschoenen vind je dat terug in de vorm van perforaties."

Sport en western

"Het thema sport is daarnaast weer helemaal hip", merkt De Vries. "Vooral de klassiekers van Nike en Adidas uit de jaren '70 zijn razend populair bij een groot publiek. De westernlaarzen zijn ook erg in opkomst. Die waren er jaren geleden al, maar toen met spitse neuzen. Dat had onder meer te maken met de wijde broekspijpen die toen erg in waren. Daar moesten wel lange, spitse neuzen onder, anders leek je op een boomstam. De westernlaars van nu heeft een ronde neus. Het is eigenlijk een combinatie tussen een westernlaars en een biker, een ouderwetse motorrijlaars. Qua kleuren is er dit seizoen veel wit met felle accenten. In de mode zie je vaak een omlooptijd van zeven jaar. Dat geldt ook voor schoenen. Thema's als sport en western blijven altijd terugkomen. Elke keer weer in een andere gedaante."

Betere kwaliteit

"Comfortschoenen of (semi-)orthopedische schoenen zijn tegenwoordig heel vlot en bijna niet meer te onderscheiden van de gewone modeschoen", zegt orthopedisch schoentechnicus Rob Haspels. "Fabrikanten van comfortschoenen hebben wat dat betreft een flinke inhaalslag gemaakt. Aan een modeschoen kan ik als schoentechnicus niets veranderen. Bij comfortschoenen lukt dat wel. Die worden

vaak geleverd in verschillende breedtes en met een losse zool. Mocht die zool niet voldoende ondersteuning bieden, dan leg ik er een op maat gemaakte steunzool in. In het algemeen zijn comfortschoenen wel duurder dan de gewone modeschoen. Qua prijsklasse moet je denken aan € 125,- tot € 200,- per paar. Je krijgt er wel een veel betere kwaliteit voor terug."

Line Dancen

"Fabrikanten van comfortschoenen kijken ook naar trends", weet schoentechnicus Rob Haspels. "Weliswaar zijn deze trends wat gematigder dan bij de gewone modeschoen, maar toch zie ik ook veel perforaties en kleuraccenten terug in het zomerassortiment van comfortschoenen. Ik ga zelf altijd na de opruiming van onze wintercollectie bij 'gewone' schoenwinkels langs om te kijken welke trends ik kan gebruiken in mijn (semi-)orthopedische schoenen. Westernlaarzen, nu weer helemaal in de mode, zijn bij ons eigenlijk nooit weggeweest. Veel van mijn klanten doen namelijk aan line dancen. Daar horen natuurlijk westernlaarzen bij. Het aanpassen van bestaande confectieschoenen gaat niet omdat het echte modeschoenen zijn. Maar ik maak ze regelmatig helemaal op maat. In dat geval zijn het maatschoenen."

Reclamefolder

"Als je echt een pasvormprobleem hebt, kom je in aanmerking voor deze maatschoenen", vertelt Haspels verder. "Ik stem ze helemaal af op de wensen en voetproblemen van de klant. Uiteraard wel altijd na duidelijke afspraken met de medisch specialist bij wie de klant onder behandeling is. Het gebeurt regelmatig dat mensen bij me komen met een plaatje uit een reclamefolder. Meestal kan ik het voorbeeld namaken. Hoewel ik wel rekening moet houden met de aard van de voetklachten. We bespreken de mogelijkheden samen. Iemand met een brede voet wordt nu eenmaal niet gelukkig in een smalle, ranke schoen. Als ik mijn klanten vervolgens zo trots als een pauw naar buiten zie lopen met hun nieuwe aanwinst, dan denk ik: 'wat heb ik toch een mooi vak'."



**‘Ze kunnen zichzelf
niet zo goed uitdrukken’**



Orthopedisch schoentechnicus Alexander Brands meet iedere week schoenen en steunzolen aan bij mensen met een lichamelijk en verstandelijke beperking, tijdens een spreekuur op Swetterhage in Zoeterwoude. "Ik heb een klik met deze doelgroep."

Cor wil zijn sok niet uitdoen. Steeds als Alexander Brands een greep doet naar de rode sok, zwiept Cor zijn been weg. Brands moet zijn hoofd intrekken om niet geraakt te worden. "Kalm aan, Cor", probeert hij de 41-jarige patiënt tot rust te brengen. Zwiep, daar gaat het been weer. Net als het een kat-en-muis-spel dreigt te worden, heeft Brands de sok beet en kan hij hem ongestoord naar beneden trekken.

Cor heeft zich gewonnen gegeven. Daarna werkt hij keurig mee aan het voetonderzoek. "Je weet nooit wat je kunt verwachten hier", zegt Brands. Iedere vrijdagochtend meet hij op Swetterhage schoenen en steunzolen aan en iedere vrijdagochtend is het weer anders. "De ene keer zijn de bewoners heel dwars en werken ze totaal niet mee, de andere keer zijn ze juist poeslief of supervrollijk. Het zijn hele spontane mensen. Dat maakt deze doelgroep ook zo leuk. Je hebt er een klik mee of niet. Ik wel."

Hele traject

Tijdens het spreekuur op Swetterhage ziet Brands zo'n tien bewoners per keer. Hij bekijkt hun voeten, maakt gipsen mallen, laat ze passchoenen proberen om de pasvorm en de functionaliteit van de voorziening te testen en verandert daarna de schoenen of steunzolen zelf. "Ik doe het hele traject, want ik heb precies in mijn hoofd zitten hoe ik het wil hebben. Bovendien voel ik me verantwoordelijk voor deze bewoners. Ze kunnen zichzelf niet zo goed uitdrukken, dus moet je als orthopedisch schoentechnicus extra goed kijken. En naar hun begeleiders luisteren, want die zien de bewoners tenslotte het meeste bewegen."

Mensen met Down

Het kleine drukplekje op de rechervoet van Cor wordt meteen opgemerkt. "We moeten dus toch een lossere koker nemen", concludeert Brands. "En we geven hem een foliepas, een doorzichtige plastic passchoen, om te kijken of de leest goed is." Cor heeft last van een mediale middenvoetskanteling en het valgiseren, het naar binnen kantelen, van de voet. "Mensen met Down, zoals Cor, hebben vaak doorgesakte, brede voeten", zegt Brands. Ook behandelt hij op Swetterhage veel spitsvoeten en mensen met spierverslappingsen of

juist hoogspanning van de spieren: spasmen. "Bij beide spieraandoeningen helpt het om de patiënt een carbon- of taaikoker te geven. Zo kun je de voet ondersteunen bij het lopen, of juist in een neutrale stand dwingen en rust in de voet brengen."

Gouden biezen

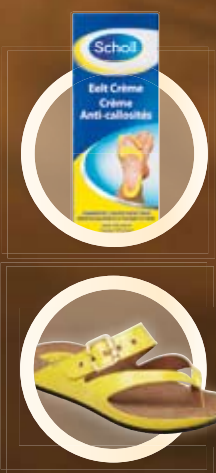
Vergeleken met vroeger zijn de orthopedische schoenen er een stuk hipper op geworden, vindt Brands. "Vroeger waren de modellen heel rechthoekig. En altijd in bruin of zwart. Heel saai. Nu kunnen bewoners kiezen uit allerlei flitsende kleurtjes en modellen." Zo ook Fiona, die vandaag naar huis gaat met zwarte sneakers met gouden biezen erop gestikt. "Meid, wat ben je hip!", roept haar persoonlijk begeleider uit. Maar Fiona hoort de begeleider niet meer. Laat staan dat ze oog heeft voor Brands of fysiotherapeut Lars Opdam, die ze vooraf nog beleefd de hand schudde. Fiona's blik is strak naar beneden gericht. Op haar nieuwe schoenen. Ze wil de gouden sneakers niet meer uit en slaakt een kreetje van geluk. Zelfs als ze in haar rolstoel de kamer uit wordt gereden, kijkt ze nog naar haar voeten, de wenkbrauwen hoog opgetrokken.

Kaboutert Plop

Brands en Opdam lopen met Fiona mee naar buiten, op weg naar Tiny, een vrouw met een erfelijke afwijking die ze in haar woning op Swetterhage bezoeken. "Tiny voelt zich veiliger als ze in haar eigen omgeving kan blijven", verklaart Brands. Tiny zit al klaar in de gezamenlijke huiskamer van de woning. Met haar begeleidster naast haar, een volle kop koffie binnen handbereik en Classic FM op de achtergrond. "Tiny ontspant altijd als ze klassieke muziek hoort", weet Brands. Maar dat is bij elke bewoner anders", zegt fysiotherapeut Opdam lachend. "We werken ook op Kaboutert Plop, keiharde housemuziek of Frans Bauer." Samen met Brands trekt hij de schoenen van Tiny uit en probeert hij de passchoenen. Ze pakken ieder één voet. "We moeten klaar zijn voordat ze haar koffie op heeft", verklaart Brands. "Anders wordt ze onrustig van al dat gefriemel aan haar voet." Missie geslaagd. Tiny heeft haar koffie op en loopt onwennig een eerste proefronddje. Brands knikt tevreden. "Ze loopt nog een beetje op eieren, maar je ziet dat deze schoenen haar veel meer stabiliteit geven." Op de zijkant van haar rechter-schoen heeft hij een beschermingsmatje gestikt. "Tiny schuift veel over de grond met haar voet. Zonder matje is de schoen zo stuk. Ook dat is iets waar je aan moet denken bij deze doelgroep."

Alexander Brands laat een bezoeker een plastic passchoen proberen.

Aandacht voor verkleurde teennagels



UNIEK: Scholl 3 in 1 Nagelverzorging
Direct gezondere, lichtere en glanzende teennagels

- behandelt **verkleurde en vergeelde teennagels**, die veroorzaakt kunnen worden door nagellak of verdikking van de nagel
- eenvoudig te gebruiken dankzij het 3 in 1 systeem
- stap 1: vijlen stap 2: verzorgen stap 3: glanzen

PROBEER OOK:
Scholl Eelt Crème. Vermindert eelt en harde huid in 7 dagen.



Scholl, the Scholl Logo and Great Feet Feeling are trade marks of the SSL Group.



Met gezonde voeten de zomer in

**Dikke lagen eelt, gemene likdoorns, schimmel-
infecties, kloven en ingroeïende teennagels.
Onze voeten hebben het zwaar te verduren gehad
in de winter. Hoog tijd dus om ze eens stevig te
verwennen.**

Het lentezonnetje stemt iedereen vrolijk. We trekken onze kleurrijke kleding weer uit de kast en gooien alle sokken en dichte schoenen op de vliering. Voor sommigen is het dan behoorlijk schrikken wat er onder hun jurk of broekspijp tevoorschijn komt.

Mooi en trendy

“Na elke winterperiode zie ik veel mensen met voetklachten”, zegt ProVoet pedicure Marianne Vorstermans uit Purmerend. “Kwalen die vooral ontstaan door het dragen van verkeerde schoenen. Schoenen die te strak zitten, veroorzaken beklemming en nagelproblemen. Dichte schoenen zijn een broeinest voor voetschimmels en te los zittende schoenen kunnen leiden tot likdoorns, blaren en eelt. Voeten zijn er in alle soorten en maten. Schoenen moeten passend zijn: niet te veel ruimte bij de middenvoet en voldoende ruimte bij de tenen. Vrouwen kijken meestal niet zo naar een passende schoen. Het modebeeld vinden ze belangrijker. Wat is mooi en trendy? Die voeten proppen ze er wel in. Bij mannen zie je daarom veel minder voetproblemen.”

Aanleg

Hoe kom je toch weer goed voor de dag met je, door de winter getergde voeten? Deze vraag wordt Vorstermans vaak gesteld. “Overmatige eeltvorming, likdoorns en nagelproblemen kun je heel eenvoudig en pijnloos laten behandelen door een pedicure. Zelf eelt verwijderen adviseer ik niet. Het gevaar daarvan is dat je te veel eelt weghaalt en dan komt het sneller terug. Aanleg speelt natuurlijk ook mee. Er zijn mensen die perfecte schoenen dragen, weinig lopen en toch last hebben van eeltgroei. Datzelfde geldt voor voetschimmel. De een is daar gevoeliger voor dan de ander.”

Lekker voetenbadje

“Met de zomer in aantocht adviseer ik mensen een lekker voetenbadje en een zachte voetscrub. Het liefst een scrub die ook geschikt is voor je gezicht. Met een puinsteentje werk je vervolgens je hielen voorzichtig bij. Knip je nagels netjes en droog na het douchen je voeten altijd goed af, vooral tussen je tenen. Dat zijn namelijk ideale broedplekken voor voetschimmels. Niet wassen met zeep zou nog mooier zijn. Ons overmatig zeepgebruik is een oorzaak van het ontstaan van voetschimmels. Smeer je voeten daarna dik in met een vette voetencreme. Geen bodylotion, want daar zit te veel water in en dan drogen je voeten alsnog uit. Die vette laag laat je rustig een uurtje intrekken met dikke sokken aan. Heerlijk toch? Een lentebehandeling waar elke voet van droomt!”



Kennis uitwisselen tijdens internationaal

Professionals op het gebied van voetzorg uit de hele wereld reizen in november af naar het World Forum in Den Haag om een tweedaagse internationale beurs bij te wonen. Aan NVOS-Orthobanda de eer het congres te organiseren. Mede-organisator Rob Verwaard: "Wij ontwikkelen en verbeteren onszelf door kennisoverdracht tijdens zo'n congres. Daar plukken onze klanten uiteindelijk de vruchten van."

Het zeventiende IVO Congres wordt op 13 en 14 november gehouden. Tijdens het prestigieuze congres worden verschillende vooruitstrevende onderzoeksresultaten gepresenteerd en krijgen professionals de kans om kennis en kunde te delen. Daarnaast is er een beursvloer van 1.200 vierkante meter waar bedrijven de nieuwste snufjes en technieken aan het publiek tonen. De voorbereidingen zijn in volle gang. Verwaard: "Veel onderzoekers werken er hard aan om de resultaten van hun studies tijdens de beurs te kunnen presenteren. Het is hét podium voor innovatie,

opleiding en techniek. Aangezien we elkaar maar één keer in de drie jaar ontmoeten is het een ijkpunt. En in drie jaar tijd gebeurt er een hoop. CAD/CAM-technieken verfijnen en we krijgen steeds meer inzicht in behandelwijzes voor bijvoorbeeld mensen die lijden aan diabetes of reuma."

Samenwerken in voetzorg

IVO staat voor Internationaler Verband der Orthopädie-Schuhtechniker. Het thema van deze beurs is 'Partnership in footcare'. "Daarvoor hebben we gekozen omdat steeds meer disciplines op het gebied van voetzorg met elkaar samenwerken. In Nederland zien we al een aantal samenwerkingsverbanden. Patiënten kunnen dan bijvoorbeeld in één gebouw terecht bij pedicure, orthopedisch schoentechnicus en fysiotherapeut. Dat gebeurt al op grote schaal in Japan en Amerika. Tijdens zo'n beurs kunnen we van gedachten wisselen met collega's uit allerlei landen. Het is erg interessant om onze werkwijzes te vergelijken."



congres en vakbeurs

Wereldwijde verschillen

Tijdens het congres worden meerdere internationale onderzoeken door vooraanstaande onderzoekers uit de hele wereld gepresenteerd. Verwaard: "Het grootste onderzoek van NVOS-Orthobanda zelf is de protocollering van ziektebeelden. Stap voor stap leggen we vast welke behandelmethode wanneer gewenst is. Daarnaast presenteert het Nederlands Paramedisch Instituut zijn bedrijfsonderzoek naar de wereldwijde verschillen in zorgverzekering, behandeling en aanpak. Tijdens de slotbijeenkomst worden de resultaten wereldkundig gemaakt."

Bewuste indeling

NVOS-Orthobanda koos bewust voor een onderverdeling in het programma. "Het is een drukbezochte beurs met veel op de agenda. Bezoekers moeten van tevoren kunnen zien wat voor hen interessant is. Daarom hebben we een indeling gemaakt in Economics, Research and

development, Education, State of Industry en Lifestyle. Op deze manier woont iedereen bij wat hij of zij interessant vindt en heeft de beurs het grootste effect."

Erica Terpstra

Op het congres is ook een aantal belangrijke sprekers aanwezig die ieder op hun manier een licht werpen op 'Partnership in Footcare'. "Erica Terpstra komt bijvoorbeeld. Maar ook Mario Lafortune van het Nike Sport Onderzoek Laboratorium. Dit sportmerk fabriceert onder meer sportschoenen voor de diabetische voet. Het focust zich op het zo prettig mogelijk leven, ondanks voetproblemen. Uiteindelijk richten alle vaklieden op het gebied van voetverzorging zich hierop. Voetproblemen kunnen vaak pijnlijk, vervelend en beperkend zijn. Ons doel is mensen te helpen om zo prettig mogelijk te leven, ondanks de problemen."



'Schoenen als eye

Luxueuze, peperdure stoffen, kleding voor de vrouw die niet bang is om op te vallen en imposante modeshows. Ontwerpen en shows van Ronald Kolk staan stevast garant voor sensatie en vermaak. Orthopedisch schoentechnicus Mauritz Vlot maakte voor meerdere collecties schoenen. Kolk: "Tijdens shows pak ik uit. De schoenen van Mauritz zijn echte eyecatchers, dat past perfect."

Een tentoonstelling van paspoppen, een modeshow met als verrassingsact Hans Klok, een show met Franse allure, opgeluisterd door Liesbeth List, een dertigkoppig orkest en zeven vocalisten. Of een modeshow met een levende albino python. Ronald Kolk trakteert zijn gasten graag op een avondje uit. "Mijn shows zijn altijd verrassend. Op 23 maart heb ik mijn nieuwe zomercollectie getoond in de wintertuin van het Krasnapolsky. Het interieur paste goed bij mijn Japanse thema."

Sexy schoenen

De show werd erg goed ontvangen. Een recensie op de website van modeblad Textilia: 'zeer luchtig, voile bloemenprints, mooie bedrukte zijde en sterke zwart-witte prints. De Japanse invloed kwam tot uiting in elegante blouses in kimonomodel met mouwen tot op de grond.' Maar ook: twee paar laarzen, ontworpen door Mauritz Vlot. Kolk: "Mauritz heeft een gouden laars met zilver en een zilveren laars met goud gemaakt. Beide met opvallende plateauzolen. Schoeisel is ontzettend belangrijk. Goede schoenen benadrukken de schoonheid van een vrouw, maken haar sexy. Slecht gekozen exemplaren maken benen dikker en korter. Mooie laarzen completeren een outfit." Datzelfde doet Vlot met zijn orthopedische maatschoenen. "Schoenen zijn het gezicht van je voeten. Ik benadruk met mooie details de goede punten van de voet. De minder goede compenseer ik."

Ronald Kolk

Ronald Kolk staat bekend om zijn kleurrijke creaties voor onder andere prinses Laurentien, Liesbeth List en Wende Snijders. Maar ook Bette Midler, Tina Turner en Grace Jones mag hij tot zijn klantenkring rekenen. In december 2007 ontving Kolk de Society Award vanwege zijn bijzondere klantenschare en zijn coutureshows die 'ware theatervoorstellingen' zijn.

Kijk voor meer informatie op www.ronaldkolk.com.



Fotografie Jaro van Meerten

catchers'

Podium voor maatwerk

Vlot en Kolk ontmoetten elkaar ongeveer drie jaar geleden. De ontwerper: "We raakten in gesprek en zijn concept sprak me aan. Ik vond het een goed idee om maatschoenen te gebruiken. Er zijn al zoveel simpele schoenen te koop in winkels. Het is leuk om met iets bijzonders te komen." Mauritz Vlot: "Ik heb twee bedrijven: één voor orthopedische schoenen en één voor het luxe maatwerk. Ik kan me heerlijk uitleven in het ontwerpen van schoenen. Maar het is zeker een uitdaging om voor iemand met bijzondere voeten een passende en mooie oplossing te vinden. Dat is eigenlijk lastiger. Het is de combinatie van de twee bedrijven die het interessant voor mij houden. Beide hebben hun eigen uitdaging en spanning."

Vakmanschap

Natuurlijk past Vlot zich in zijn ontwerpen aan het thema en de visie van Ronald Kolk aan.

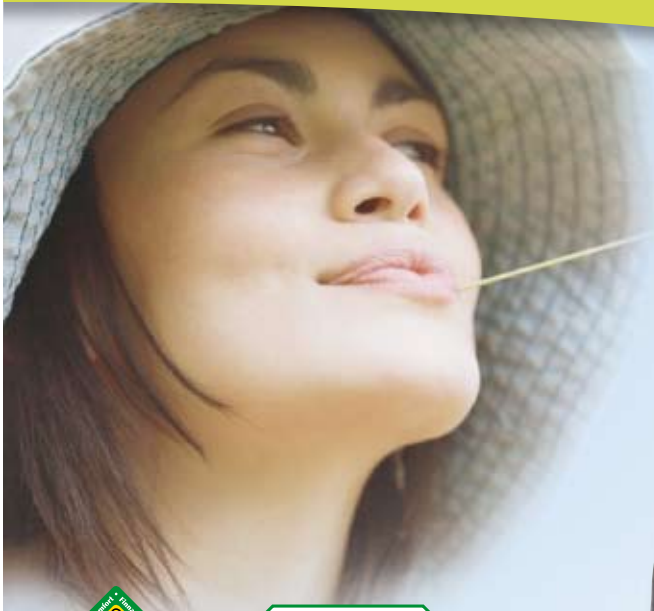
"De schoenen zijn 'volgzaam'. Ronald doet zijn ideeën uit de doeken, brengt stof- en leerstalen en ik ga daar vervolgens mee aan de slag. Zo heb ik voor een eerdere collectie laarzen gemaakt in de stof van de kleding." Kolk: "Ik weet heel goed hoe ik wil dat iets eruit komt te zien. Mauritz vult dit aan met zijn technische kennis en vakmanschap. Als ik een bepaalde hak wil, kijkt Mauritz hoe we die het beste kunnen maken. Wat dat betreft luister ik."

Als pantoffeltjes

Ronald Kolk beschikt zelf ook over twee paar maatschoenen van de hand van Mauritz. "En die zitten als pantoffeltjes! Het opmeten en het maken van de gipsmal voor de leest is al een belevenis op zich. Het geeft een heel luxueus gevoel, dat wij Nederlanders ontwend zijn. En je merkt het verschil met confectie. Alle kleinigheidjes zijn gecorrigeerd. Ik heb geen orthopedische problemen aan mijn voeten, maar mijn ene voet is bijvoorbeeld

[Advertentie]

FinnComfort koop je voor jezelf!



Finnamic



Dat loopt goed!

MEDISOR Leusinkweg 14, Losser Tel.: 053-5360675 E-mail: medisor@relaxor.nl

[Advertentie]

Mooi maatwerk



TOM Schoenen is dé specialist op het gebied van individueel schoeisel.
Onze leuke TOM Kinderschoenen zijn gemodelleerd over een perfect passende leest.
Leverbaar in vele variaties en in verschillende wijdtes, zooltypes en leersoorten.



In úw maat

TOM Schoenen (product van Rembrandt Schoenen B.V.)
Grotestraat 257 • 5151 BM Drunen
T 0416 370 176 • F 0416 375 198
E info@tomschoenen.nl

www.tomschoenen.nl

wel een paar millimeter langer. De exclusiviteit van maatschoenen gun ik iedereen. Ik merk in de modewereld dat met de handgemaakte schoenen weer populairder worden."

Goede basis

Zonder mooie stoffen geen mooi eindresultaat, vindt Ronald Kolk. "De basis moet goed zijn. Van kwalitatief slechte stoffen kun je nooit iets moois maken. De juiste stof bij het juiste ontwerp kan een kledingstuk fantastisch maken." Ook in de schoenen gaat hij voor de beste stoffen en het beste leer. "Mauritz begrijpt dat heel goed." Vlot vult aan: "We werken met allerlei soorten leer. Van krokodillen- tot slangenleer, het is heel exclusief." Kolk: "Vergeet niet dat die kwaliteit blijft. Je kunt beter investeren in een paar erg goede schoenen dan jaarlijks meerdere goedkope exemplaren aanschaffen. Datzelfde geldt voor kleding. Koop een aantal goede basisstukken als een 'little black dress', een colbert en een pantalon. Die combineer je met goedkopere accenten, accessoires en t-shirts."

Mooi en praktisch

Is de kleding van Ronald Kolk betaalbaar voor de gemiddelde Nederlandse vrouw? "Als ze investeert in genoemde items en voor kwaliteit gaat, zeker. Haute couture is bovendien een stuk comfortabeler geworden dan vijftig jaar geleden. Toen droegen vrouwen die niet werkten deze kleding. Ze hoefden alleen mooi te zijn. Tegenwoordig dragen advocates, doktoren en zakenvrouwen mijn werk. Dat betekent dat het kreukvrij moet zijn en dat je ermee moet kunnen autorijden. Het moet mooi én praktisch zijn."

Zonder tranen

Dat praktische herkent Vlot zeker in de schoenenwereld. "Maar het geldt niet voor alle confectieschoenen. Veel design is ook alleen maar design. Dan mis je kwaliteit en comfort. Ik vind niet dat je schoenen zo moet maken dat niemand er zonder tranen op kan lopen. Je ziet dat bij sommige modeshows, maar de meisjes moeten wel kunnen blijven lachen." Bij orthopedische schoenen staat comfort altijd voorop. "Ze zijn noodzakelijk en mooi. Maar een orthopedische schoen moet niet alleen een medicijn zijn, ook een belevenis. Buig de negatieve aandacht om." Laarzen met plateauzolen en hoge hakken maakt Vlot ook voor zijn orthopedische klanten. "Maar dan zorg ik dat ik de persoonlijke, medische wensen erin verwerk. Dat kan vaak heel goed."

De goud met zilveren laarzen die Mauritz Vlot ontwierp.

'Schoenen zijn het gezicht van je voeten'





Rachel 'vraagt veel van haar lichaam'.



Pijn? De voorstelling gaat

De ideale dansvoet is ijzersterk, mooi gestrekt en heeft een hoge wreef. "Die heb ik van nature niet", zegt beroepsdanseres Rachel Oomens (27). Met tien uur trainen per dag, zes dansdagen per week en honderd voorstellingen per jaar komt ze toch een heel eind. "Al wil je mijn voeten niet zien als ik ze uit de spitzen haal."

In een repetitieruimte onderin het Muziekgebouw in Amsterdam werken twintig dansers van Het Nationale Ballet zich deze donderdagmiddag in het zweet. Ze draaien pirouettes, vouwen hun been uit tot schouderhoge développées, springen en rennen in vaste formaties. Ondertussen volgen ze geconcentreerd hun evenbeeld in de spiegel. De lijnen moeten perfect zijn, de timing volstrekt synchroon met hun buurman. "Again", roept de repetitor, die niet tevreden is over de vloeiendheid

van de bewegingen. "Make it more liquid", beveelt hij de dansers. "Let's start again with the développé. One, two, three..."

Concurrentie

Rachel Oomens (27) is professioneel danseres bij Het Nationale Ballet. "Een droombaan", vindt ze zelf. En een prestatie op zich, want anders dan de naam van dit gezelschap doet vermoeden, heeft Het Nationale Ballet vooral buitenlandse dansers in dienst. De concurrentie is moordend, het principe 'voor jou tien anderen' is bijna voelbaar als je door de gangen loopt. Voor Rachel, die sinds 2001 een vaste aanstelling heeft, was het nooit een bewuste keuze om van dansen haar toekomst te maken. "Ik dans al sinds ik klein ben en vond het heel normaal om daar mee door te gaan."



gewoon door

Grote teen

Wel merkt ze dat dansen een zwaar vak is. "Je vraagt veel van je lichaam. Dat moet je wel aankunnen." Hoewel ze zelf bijna nooit blessures heeft, kampt ze op dit moment met een ontstoken knobbel bij haar grote teen. "Tijdens de les heb ik het kapsel van mijn rechervoet beschadigd. Ik zette af voor een grand-jeté, een grote sprong, en voelde iets knarsen. M'n voet werd ook meteen dik aan de zijkant." In de gang van het Muziektheater hangt standaard een intekenlijst voor de fysiotherapeut. Bij acute blessures, zoals in het geval van Rachel, kunnen dansers ook zonder afspraak langsgaan voor een controle. "De fysio heeft mijn knobbel meteen gemasseerd en bestraald. Nu moet ik de komende tijd wat uitkijken met springen."

Pijnstillers

De sprongen die ze even daarvoor in de repetitiezaal maakte, vertellen toch echt een ander verhaal. Rachel lacht. "Rust houden kan eigenlijk niet in dit vak. De voorstellingen gaan gewoon door. En als ik een première heb, zoals deze week, wil ik sowieso meedoen." Dus slikt ze wat pijnstillers en staat ze diezelfde avond al op het podium. "Veel dansers doen dat. Even een pilletje slikken en door. Als danser ben je bovendien gewend om pijn te hebben. Je bent zo intensief met je lichaam bezig, dat je altijd wel ergens pijn voelt. Daar sla je op een gegeven moment geen acht meer op, het is dan meer op de achtergrond aanwezig. Die hoge pijngrens bouw je langzaam op."

Topconditie

Belangrijker nog dan tegen pijn kunnen, is zorgen dat je voeten in topconditie zijn. "We beginnen iedere dag met spierversterkende oefeningen voor je voeten", zegt Rachel. "En we lopen niet voor niets op van die gekke dingen", wijst ze naar de grote pantoffels en sloffen die haar collegadansers in de pauze dragen. "Je moet je voeten goed warm houden." Ook heeft bijna iedere danser een voetroller bij zich; een soort houten rol waarmee je de onderkant van je voeten kunt masseren. "Dat is heel fijn voor aan het begin en einde van de les."

Bezoek pedicure

"O ja, en je moet je nagels goed knippen", weet Rachel. "Zeker als je op spitzten staat. Je staat dan letterlijk op de toppen van je tenen. Als je je nagels te kort knipt, doet dat vreselijk pijn. Als je ze te lang laat ook trouwens." In de zomer brengt Rachel standaard een bezoekje aan de pedicure. "Die haalt het ergste eelt weg, masseert mijn voeten en zorgt dat ze weer een beetje toonbaar worden. Maar zelfs dan loop ik liever niet op teenslippers, hoor. Ik schaam me rot voor mijn voeten. Als ik met vrienden naar het strand ga, begraaft ik mijn voeten meteen in het zand. Niemand hoeft ze te zien. Je ziet echt dat ik dansvoeten heb. Mijn tenen staan krom, er zitten allerlei plekjes op en mijn voetzolen zitten vol eelt."

Leukste wat er is

Ondanks de gehavende voeten en het harde werken – tien uur per dag, zes dagen per week en honderd voorstellingen per jaar – zou Rachel niets anders willen doen. "Dansen is het leukste wat er is. Je kunt op het toneel zoveel verschillende dingen uiten. Je bent heel vrij. En ja, het geeft een kick om op te treden. Dansen is, ja ik weet niet, het is heel normaal voor mij." Dan pakt ze haar tas op en snelt ze op haar grote roze pantoffels weer naar de repetitiezaal. "Ik moet weer beginnen."



Van 'casuals' naar 'lakjes'

Zijn Uggs nu wel of niet slecht voor je voeten? En bieden gympies wel voldoende steun? In Huize Romijn, waar vier opgroeiende kinderen wonen, vliegen de voetenweetjes en schoenendiscussies regelmatig over de keukentafel.

Bij de achterdeur van de oude boerderij in Cromvoirt ligt een berg schoenen waar je u tegen zegt. Het merendeel staat netjes in de kast, maar voor een aantal inline skates, klompen, kaplaarzen en hardloopschoenen was alleen nog plaats op de grond. "Met vier kinderen die allemaal hockeyen, voetballen, skaten of stijldansen heb je automatisch een hoop schoenen", zegt Hans Romijn (52), directeur van een marketing & communicatiebureau. "We gooien bovendien nooit wat weg", zegt zijn vrouw Monique (50), die behalve moeder ook jeugdarts is. "Oude schoenen kun je altijd nog gebruiken voor klussen of voetballen."

Foute sandalen

Goed schoeisel is belangrijk, zeker voor opgroeiende kinderen, vinden beide ouders. Dus probeerden Hans en Monique hun kinderen aanvankelijk alleen op verantwoord schoeisel te laten lopen. "Van die foute sandalen", herinnert zoon Berend (16) zich nog. "Met sokken erin. Dat zag er echt niet uit." Moeder Monique haalt haar schouders op. "Op een gegeven moment is dat niet meer te doen. Dan willen ze toch gympies dragen, of wat ze maar mooi vinden. Wel let ik er nog steeds op dat hun schoenen een stevige hak hebben en een flexibele zool. Zodat ze steun hebben en toch goed hun voeten kunnen afwikkelen. Vooral bij Guus is dat belangrijk."

Kleedgeld

"Ja, want ik ben nog in de groei", verzucht Guus (11). Zijn oudere broers en zus krijgen inmiddels allemaal kleedgeld en verdienen zelf nog wat bij, dus kunnen ze naar hartenlust zelf schoenen inslaan. "In principe betalen de kinderen hun eigen schoenen", zegt moeder Monique. "Al hebben ze daar wel hun trucjes voor." Gegrinnik aan tafel. "Shopper met papa!", klinkt het uit vier kelen. "Huh, wat?", reageert vader Hans op de achtergrond. "Shopper met jou is altijd leuk", verduidelijkt dochter Lotte (14). "Je gaat gewoon een winkel in en klaar. Je let totaal niet op de prijs, alleen op hoe schoenen eruit zien."

Moeder gaat rechtop zitten. "Nou, ik let anders wel op de prijs, hoor." Wederom gegrinnik. "Daarom gaan we ook nooit met jou winkelen", klinkt het weer uit vier kelen. Hans wuift het gelach van zijn kinderen weg. "Tuig is het", zegt hij.

Paarse pumps

"Wel moet papa de schoenen zelf mooi vinden", zegt Willem (18). "Anders krijg je ze niet." Hij stoot zijn zusje aan. "Welke schoenen wilde papa jou laatst ook alweer aansmeren?" "Paarse pumps", zegt Lotte met een gezicht vol afgrijzen. "Die waren toch supervet?", reageert Hans. "Val je lekker mee op, op het schoolplein." "Nee", kijkt Lotte nog steeds vies. "Geef mij maar mijn Uggs. Die kreeg ik van Berend uit Australië. Die lopen echt lekker." Maar of die Uggs nou zo goed voor je voeten zijn? Moeder Monique schudt haar hoofd. "Die Uggs hebben geen enkel voetbed. Het zijn eigenlijk gewoon slossen." "Aan het eind van de dag heb ik soms wel pijn in mijn voeten", bekent Lotte eerlijk. Ook broer Willem vindt dat je het verschil tussen goede en slechte schoenen wel kunt merken. "Ik heb ooit mijn enkel gebroken met voetballen. Die moest geopereerd worden. Toen zorgde ik echt wel dat ik stevige schoenen droeg."

Duurste schoenen

De laatste vraag levert de meeste opschudding op. Welk gezinslid heeft de meeste schoenen? "Papa", stellen Berend en Guus zonder enige twijfel vast. "Lotte", denkt Willem. "Ik in ieder geval niet", zegt moeder. "Ik", zegt Lotte. "Zeker als ik mijn teenslippers mag meerekenen." Vader Hans houdt zich wat afzijdig. "Maar jij koopt in ieder geval de duurste schoenen", richten alle gezinsleden zich plotseling tot hem. "Ja, van die leren Van Bommeltjes. Keivet", bekent Willem, die zelf ook wel zulke schoenen wil hebben. "Ik heb wel één paar Van Gils", zegt hij. "Van die lakjes." Jongste zoon Guus trekt zijn wenkbrauwen op. "Wat zijn lakjes?", vraagt hij zich af. "Toch draag ik vooral casuals", onderbreekt Willem hem. "Wat zijn casuals?", vraagt Guus zich opnieuw hardop af. "Gewoon gympen, Guus. Sportschoenen, zoals jij ze ook hebt", richt Willem zich tot zijn broertje. Guus kijkt naar beneden. Naar zijn sportschoenen van het merk Asics. "Casuals", proeft hij het woord.



Bas Grol bij het Vierdaagsemonument Vera Tummers-van Hasselt in Nijmegen.

'Tintelende benen en beurse

"De finish van de Nijmeegse Vierdaagse is een lange straat. Over enkele kilometers weg word je van alle kanten toegejuicht door een enorme menigte enthousiaste toeschouwers. Dat laatste half uur zweef je. Het euforische gevoel overheerst en je voelt geen pijn meer in je benen en voeten. Je weet: ik heb het gehaald."

Bas Grol (30) uit Nijmegen groeide op met de Vierdaagse en liep hem een aantal jaar geleden zelf. "En ik ga het zeker nog een keer doen", verklaart hij enthousiast. Aan de euforische finish gaat een, op zijn zachts gezegd, flinke wandeling vooraf. De Nijmeegse Vierdaagse begint komende zomer



voeten'

aan haar 93e editie. Jaarlijks lopen duizenden mensen, afkomstig uit de hele wereld, de Vierdaagse. In 2009 doet er zelfs het maximale aantal van 45.000 wandelaars mee. Afhankelijk van leeftijd en geslacht lopen de deelnemers vier dagen achter elkaar dertig, veertig of vijftig kilometer.

Goede schoenen

Als zoon van orthopedisch schoentechnicus Frans Grol groeide Bas op met de best mogelijke voetenzorg. "We droegen altijd goede schoenen, pas toen ik ze zelf ging betalen, liep ik niet meer op nette, leren exemplaren. Ook heb ik steunzolen, meer als preventief hulpmiddel dan als correctie voor een aandoening. Bovendien werd ons altijd gezegd rechttop te lopen, iets wat zeker van pas komt bij een tocht als de Vierdaagse."

Aanmoedigen

Grol liep samen met negen vrienden de Vierdaagse. Uiteindelijk haalden er zeven de eindstreep. "Vooral het einde van de eerste dag viel tegen. Ik was doodop en ging meteen in bad en naar bed. Ik dacht: dit moet ik nóg drie dagen. En op dag twee loop je zes kilometer lang richting de stad. Je denkt dat je er bijna bent, maar dat valt erg tegen. Gelukkig staan vrijwel overal mensen langs de kant om je aan te moedigen. En ook deelnemers onderling, bekend of onbekend, steunen elkaar. De sfeer is kameraadschappelijk."

Meedoen aan marsen

De groep bereidde zich voor door samen te wandelen en mee te doen aan marsen. "Daar begonnen we in januari mee. Doel was om het aantal kilometers langzaam op te bouwen. Ik ben eerlijk gezegd eind februari afgehaakt. Uiteindelijk heb ik de Vierdaagse dus redelijk ongevoerd gelopen." Dat merkte Grol vooral in zijn benen en voeten. "Ik had geen blaren. Mijn sportschoenen met steunzolen pasten goed en als ik wrijving voelde, plakte ik de plek van tevoren af. Wel tintelden mijn benen de eerste paar kilometer van de nieuwe dag en waren mijn voetzolen beurs en opgezet. Die waren zoveel inspanning natuurlijk niet gewend. Ik droeg sportschoenen en kon die vrij gemakkelijk minder strak aantrekken, dat was prettig."

Fantastische sfeer

De Vierdaagse is een begrip in Nijmegen en op internationaal niveau een toonaangevende wandeltocht. "Ik houd er met vakanties inplannen altijd rekening mee en ga ieder jaar kijken, vooral op de laatste dag. Dat moet ook wel omdat ik vlakbij de start woon en er die laatste dag vanaf vier uur 's ochtends geen doorkomen meer aan is. Dat is niet erg, de sfeer is fantastisch. Iedere Nijmegenaar wil de Vierdaagse wel een keer gelopen hebben. Ik wil het in de toekomst zeker nog een keer doen. Maar misschien dat ik me dan wel wat beter voorbereid."



Vorbereid aan de wandel

Wandelaars die tijdens een wandeltocht hun looppatroon veranderen, lopen meer risico op voetklachten. Dit blijkt uit onderzoek dat de Sint Maartenskliniek in Nijmegen in februari presenteerde. Hoe voorkom je klachten van het wandelen? En wat voor schoenen kun je het beste dragen? Orthopedisch schoentechnicus Cor Rameau: "Een goede voorbereiding houdt het lopen leuk."

"Mensen denken 'iedereen kan wandelen', maar dat valt in de praktijk tegen. Wandelaars krijgen klachten omdat ze een slechte loophouding of fysieke gesteldheid hebben, geen goede schoenen dragen of niet goed voorbereid zijn", merkt Rameau. "Dan zie je mensen na een tocht van veertig kilometer met de tong op de schoenen over de finish komen. Oké, ze hebben het gehaald, maar of ze er plezier aan hebben beleefd is een tweede. Mensen kunnen blessures overhouden van ongetraind wandelen. Bovendien is op deze manier een meerdaagse tocht als de Nijmeegse Vierdaagse of de Friese Elfsteden Wandeltocht uitgesloten."

Inlays bij voetproblemen

Als je na een lange tijd stilzitten begint met wandelen, is het verstandig om eerst langs een Sport Medisch Adviescentrum (SMA) te gaan. "Dat geldt zeker voor wat oudere wandelaars. Het SMA kijkt of er geen belemmeringen zijn om te wandelen. Bij voetproblemen, bijvoorbeeld veroorzaakt door een verkeerde stand van de voet, bieden inlays vaak uitkomst. De orthopedisch

schoentechnicus maakt een voetbed dat exact aansluit op de voet en ondersteunt waar nodig. De betere wandelschoen heeft een uitneembaar voetbed, waardoor het gebruik van eigen inlays geen probleem is."

Goede wandelschoenen

Goed schoeisel is belangrijk. "Houd bij de aanschaf rekening met het gebruiksdoel. Waar wil je gaan wandelen? In de duinen of de bergen? Over verharde of onverharde wegen? Qua pasvorm let je op twee maatvoeringen: breedte en lengte. Bovendien kun je kiezen voor een hoge of lage schoen. Een aantal orthopedisch schoentechnici is gespecialiseerd in wandelschoenen, maar je kunt ook naar een goede outdoorzaak gaan." Vooral stabiliteit is vooral van groot belang. "Wandelschoenen moeten tegen een stootje kunnen, maar je moet niet het gevoel hebben ze mee te zeulen. Dat meezeulen heeft overigens te maken met een slechte pasvorm en niet met gewicht."

Langzaam opbouwen

Hoe bereid je je voor op een lange tocht? "Wanneer je meedoet aan een lange, meerdaagse tocht begin je een half jaar eerder met wandelen. Bouw het aantal kilometers langzaam op om beurse voeten en pijnlijke benen te voorkomen. Je kunt ook aan kleinere tochten en marsen meedoen om te trainen. Ik geloof niet zo in wandellessen, al hebben sommige mensen er vast baat bij. Iedereen heeft een eigen motoriek en manier van lopen, dat moet je niet forceren."

Puzzel

10x kans op verfrissende voetcrème

Herôme Refreshing Foot Cream is de perfecte voorbereiding op warme zomerdagen en open sandaaltjes. Maar de crème voor dagelijks gebruik werkt ook ter voorkoming van branderige voeten door lang staan. De Refreshing Foot Cream bevat diverse verfrissende en stimulerende ingrediënten die de huid verzorgen en verzachten. De bloedcirculatie wordt geactiveerd waardoor een vermoeid gevoel verdwijnt en de huid in goede conditie blijft. Regelmatig gebruik voorkomt bovendien de vorming van transpiratiegeur.

Voor meer informatie:
www.herome.com

De oplossing van de vorige puzzel was:

Uw voeten onze zorg

De winnaars van Akileïne balsem zijn:

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| F | O | A | A | | | |
| Z | O | M | P | G | I | L |
| L | E | A | S | I | N | G |
| I | R | P | O | T | | |
| W | E | B | E | E | Z | |
| A | L | L | U | R | E | |
| E | T | U | I | I | I | |
| E | G | E | T | A | L | |
| O | M | D | A | T | R | |
| P | U | R | U | I | M | |
| O | N | G | E | V | A | L |

- A. Gijssel, Roosendaal
- S. Holm, Sneek
- W. Evers, Putten
- T. Hameury, Roermond
- C. Krijntjes, Venlo
- L. de Ruiters, Den Haag
- C. Huiskes, Gorinchem
- J. Kleijngeld, Helmond
- Dia Veldman, Winkel
- M.G.H. Beckers, Enschede

ZWEEDSE PUZZEL

© Sanders, Vaassen

| | | | | | | |
|------------------|-----------------------|----------------------|----------------------------|--------|-----------------------|-------------------|
| beesten- voer | 1 | briefje | com- pagnie made | 10 | chef-staf goudland | 17 |
| 8 | | 15 | 20 | | | 14 |
| redde- loos | | familieid onbezet | | alleen | | verlegen- heid |
| | 18 | | 4 | | | |
| ovaal | katachtig roofdier | | ploeg- snede rondrit | | | 2 |
| 22 | | | 23 | 6 | meisje | |
| berouw hebben | | zeer luxe auto | lofdicht stil | | | 9 |
| | 16 | | | dier | 13 | bloem |
| mazzel wonder | 5 | | 12 | 11 | | |
| 7 | 19 | | kleine papegaai | | 3 | 21 |
| mak | beul | | | | | |

Breng de letters uit de genummerde hokjes over naar de hokjes hieronder. Als u de puzzel correct heeft opgelost, ontstaat de oplossing.

| | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | | | | |



Zo doet u mee:

Stuur uw oplossing op een gefrankeerde briefkaart vóór 30 juni 2009 naar: Prijspuzzel Voetenmagazine, Postbus 1260, 5200 BH 's-Hertogenbosch. Of stuur uw inzending per e-mail naar: voetenpuzzel@damenromijn.nl. De prijswinnaars ontvangen in augustus 2009 bericht.

Wat wij kunnen doen voor u



| | Orthopedisch schoentechnicus | Podotherapeut | Podoloog | Podoposturaal Therapeut | Schoenconsulent | Pedicure | Medisch pedicure | Orthopedisch instrumentmaker | Schoenhersteller met cursus aanpassingen |
|--|---------------------------------|---------------|----------|-------------------------|-----------------|----------|------------------|---------------------------------|---|
| Toepassen van schoenmodificaties | | | | | | | | | |
| Aanmeten en/of vervaardigen van therapie- of steunzolen | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen van orthesen (anders dan zolen) | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen teenprothesen | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen van voetprothesen | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen van orthopedisch maatschoeisel | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen van bijzondere orthopedisch schoentechnische producten: de werkschoen, maatpantoffel, uitwasbare maatschoen, badschoen en allergeenvrij schoeisel | | | | | | | | | |
| Aanmeten en vervaardigen van verbandschoenen en voorlopig orthopedisch schoeisel (VLOS) | | | | | | | | | |
| Toepassen van nagelcorrecties | | | | | | | | | |
| Uitvoeren van een instrumentele behandeling | | | | | | | | | |
| Uitvoeren van een wondbehandeling | | | | | | | | | |
| Toepassen van een caustische behandeling | | | | | | | | | |
| Toepassen van drukontlasting | | | | | | | | | |
| Toepassen van verbanden en taping | | | | | | | | | |
| Geven van (preventieve) adviezen | | | | | | | | | |

Meer weten? Kijk op www.nvos.nl.

U ontvangt dit Voetenmagazine van: