

Mai 2025

31

Mai

[Irrtümer in der Physiotherapie](#)



Selbst aktiv für mehr Lebensqualität

Seit einiger Zeit trainiere ich an speziellen Geräten, um nach meinen Knie-Operationen meine Muskulatur wieder aufzubauen. Unterstützt werde ich dabei von meinem Physiotherapeuten Martin Gruczyk. In unseren Gesprächen fielen Worte wie „Schmerz“ oder „verbreitete Irrtümer in der Physiotherapie“, aufhorchen ließ mich jedoch der Satz „Physiotherapie ist etwas, was man tut, nicht was man bekommt“.

[Weiterlesen ... Irrtümer in der Physiotherapie](#)

2025 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

[Effektiv und gesellschaftsfähig](#)



Spielerisch zu einem starken Beckenboden

Heute begleitet mich meine Tochter Lisa zu einem Termin mit Markus Smandzich, Leiter der Physio- und Ergotherapieabteilungen im St. Elisabeth-Krankenhaus Dorsten sowie im St. Sixtus-Hospital in Haltern. In beiden Krankenhäusern haben Patienten sowohl stationär als auch ambulant die Möglichkeit, mit den neuen Trainingsgeräten ihren Beckenboden zu stärken. Da Lisa erst kürzlich zum ersten Mal Mutter geworden ist, zählt sie, neben harn- und stuhlinkontinenten Frauen und Männern, zur Zielgruppe.

[Weiterlesen ... Effektiv und gesellschaftsfähig](#)

2025 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

[Julia Holz, eine wahre Kämpferin](#)



Eine Geschichte, die Mut macht

„Ihre Tochter wird nie wieder selbstständig leben können.“ Für Marlene und Norbert Holz kam diese Aussage der Krankenhausärzte völlig unerwartet. Am Morgen war Julia noch ganz normal zur Schule gegangen, nichts deutete darauf hin, dass dieser Tag ihr Leben grundlegend ändern würde. Doch Julia Holz war und ist eine Kämpferin und hat nicht nur sich selbst bewiesen, dass sie sehr wohl selbstständig sein kann.

[Weiterlesen ... Julia Holz, eine wahre Kämpferin](#)

2025 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

[„Trilogy“](#)



„Video“ als Brückenschlag

„Das Stück ‚Video‘ ist die neue Musik von Trilogy seit 26 Jahren“, erzählt mir Martin Breuer. „Komponiert wurde es von Jochen, Guido und mir im letzten Jahr und wir haben es auch direkt im August 2024 erstmals live bei unserem Revival in der Oude Marie gespielt. Der Begriff ‚Video‘ spannt für uns den Bogen von den glanzvollen 1980ern, als Musikvideos populär waren, bis zur heutigen Zeit, in der Videos auf Social Media als wichtigste Kommunikationsmittel dienen“, fährt er fort.

[Weiterlesen ... „Trilogy“](#)

2025 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

31

Mai

[Drei Tage volles Programm](#)



Familie, Gemeinschaft und bunte Vielfalt

Ende Juni erwartet die Dorstenerinnen und Dorstener ein besonderes Wochenende. Den Auftakt macht die Big Band Dorsten am 27. Juni, gefolgt vom vierten Sparkassen-Familientag am Samstag. Am Sonntag krönt schließlich die offizielle Eröffnung des Stadtjubiläums das Festprogramm.

[Weiterlesen ... Drei Tage volles Programm](#)

2025 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Seite 2 von 3

- [Zurück](#)
- [1](#)
- [2](#)
- [3](#)
- [Vorwärts](#)