



# Jantien Methorst ontwerper maakt graag mooie dingen voor én met jou

## Profiel

In 1997 ben ik afgestudeerd aan de Willem de Kooning Academie in Rotterdam als grafisch ontwerper. Na ruim tien jaar bij verschillende bureaus in Rotterdam, Den Haag en Utrecht te hebben gewerkt ben ik in 2007 als zelfstandig ontwerper gestart.

Als ontwerper ben ik graag van begin tot eind bij het proces betrokken. Een samenwerking tussen opdrachtgever en ontwerper. Het werken vanuit een onderzoek en een daaruit volgend concept staat voorop. Een zoektocht naar het juiste communicatie middel voor doelgroep en opdrachtgever. En een goede combinatie tussen functionaliteit en esthetiek.

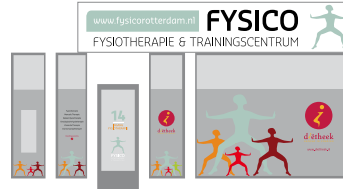
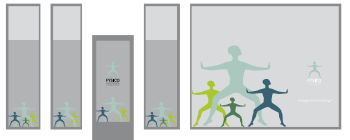
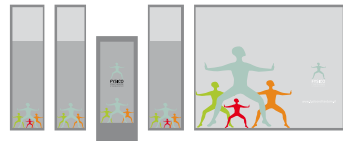
In november 2004 ben ik afgestudeerd aan de master 'Editorial Graphic Design' van de HKU. Een part-time opleiding waar het ontwerpproces vanuit een redactioneel concept wordt benaderd. Hierin staan analyse, vormgeving en inventie van tekst en beeld centraal.

In de ultieme opdracht werk ik vanuit het redactionele proces met een team van experts. Waarbij alle disciplines vanaf het begin betrokken zijn. Zo ontstaat door kruisbestuiving van kennis en betrokkenheid het beste resultaat.

## De afgelopen jaren heb ik onder andere gewerkt voor:

Artoteek Schiedam, Audi, Fortis, Colland, Dikema TOP, Enof ontwerp + communicatie, Eric van Casteren ontwerpers, 7Causes, Havenbedrijf Rotterdam, Hogeschool van Amsterdam, Hogeschool van Utrecht, Insituform, Interpolis Pensioenen, Kennisnetwerk Directeuren Shared Services & ICT, KNMP, Ontwerpwerk, Maritiem Museum Rotterdam, Ministerie van Buitenlandse Zaken, Ministerie van Infrastructuur en Milieu, Ministerie van Justitie, Ministerie van Justitie Immigratie- en Naturalisatiedienst, Minsiterie van VWS, Ministerie van Verkeer en Waterstaat, Nederlandse Hartstichting, Raad voor de Kinderbescherming, SDB Groep, SenterNovem, Shell, Sonneheerdt, SRS, Pharming, Provincie Zuid Holland, Tappan Communicatie, Things to make and do, TPO, TU Delft - faculteit Bouwkunde, Tomtom, Unilever, De Zonnebloem - LinQ





**FYSICO FYSIOTHERAPIE & TRAININGSCENTRUM**

Voor informatie en inschrijvingen zijn wij telefonisch bereikbaar op **010 465 43 50**. Ook op onze website [www.fysicorotterdam.nl](http://www.fysicorotterdam.nl) kunt u meer informatie vinden en afspraken maken.

**Fysiotherapie**  
Het een veraring van uw huisarts of specialist kunt u een afspraak maken voor uw eerste consult. De fysiotherapeut is ook direct toegankelijk: een verwijzing is meestal niet noodzakelijk. Het eerste consult wordt dan voorafgegaan door een korte overleg door uw fysiotherapeut. Voor kinderen onder de 18 jaar en patiënten met een chronische aandoening (voorkomend op de landelijke lijst met chronische aandoeningen) geldt er wel een verwijzingsplichting. Controleer de dekking van uw aanvullende verzekering!

Consulten duren ongeveer 30 minuten en bestaan uit fysiotherapie of manuele therapie (beeldfysiotherapie), individuele revalidatie-training of een combinatie hiervan.

**Trainingscentrum**  
Tussen onder begeleiding van fysiotherapeuten: onder andere (medisch) fitness, 60+ fitness, voorzetting revalidatie-training en sportspecifiek trainen. De groepsactiviteiten worden niet vergoed door uw zorgverzekering (raadpleeg uw verzekering of een deel van de kosten zelf wordt vergoed). U maakt een afspraak voor een intakegesprek. Na het intakegesprek, uitleg over uw trainingsplan en eventuele meetings van lichamsamenstelling en conditie, start u met uw eerste training. Afhankelijk van uw lichamelijk en conditiefit zijn worden er evaluatiemomenten afgesproken. Uw begeleidende fysiotherapeut zal uw vragen beantwoorden, de training bijsturen en oefeningen corrigeren.

**FYSICO**  
FYSIOTHERAPIE & TRAININGSCENTRUM

**TARIEVEN TRAININGSCENTRUM**

Intakegesprek/inschrijfgeld € 23,00

**1 KEER PER WEEK**

Maandabonnement	€ 43,00
Kaartabonnement	€ 113,00
Halfjaarabonnement	€ 472,00
60+Kaartabonnement	€ 33,00

**2 KEER PER WEEK**

Maandabonnement	€ 77,50
Kaartabonnement	€ 214,50
Halfjaarabonnement	€ 808,00
60+Kaartabonnement	€ 135,00

**ONBEPAKT**

Maandabonnement	€ 107,00
Kaartabonnement	€ 807,00
Halfjaarabonnement	€ 3063,00
60+Kaartabonnement	€ 181,00

**STRIJPKAARTEN**

10 strijpkkaart (6 maanden geldig)	€ 102,00
Schrijfsysteem (10 x trainen)	€ 75,00
Jongeren tot 25 jaar 20% korting (10 x trainen)	€ 81,50
Isste training	€ 15,50

**OPENINGSTIJDEN TRAININGSCENTRUM**

Ma: 8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur  
 Di: 8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur  
 Wo: 8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur  
 Do: 8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur  
 Vr: 8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 20:30 uur  
 Za: 8:30 - 13:00 uur

**FYSICO FYSIOTHERAPIE & TRAININGSCENTRUM**  
 Beertinkplein 12 & 14 - 3029 KL Rotterdam  
 010 465 43 50 - 06 20 66 99 71 - [www.fysicorotterdam.nl](http://www.fysicorotterdam.nl)

**FYSICO is een praktijk voor fysiotherapie én een (medisch) trainingscentrum in de Rotterdamse wijk IJldorp.**

**OPENINGSTIJDEN TRAININGSCENTRUM**

MA	8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur
DI	8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur
WO	8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur
DO	8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 21:30 uur
VR	8:00 - 12:00 uur / 16:00 - 20:30 uur
ZA	8:30 - 13:00 uur

**FYSIOTHERAPIE OP AFSpraak**  
 MA t/m VR tussen 7:00 en 21:00 uur  
 010 465 43 50 - 06 20 66 99 71

**FYSICO FYSIOTHERAPIE & TRAININGSCENTRUM**  
 Beertinkplein 12 & 14 - 3029 KL Rotterdam - [www.fysicorotterdam.nl](http://www.fysicorotterdam.nl)

**FYSICO FYSIOTHERAPIE & TRAININGSCENTRUM**

De fysiotherapeuten van FYSICO zijn specialisten in het verbeteren van houding en bewegingspatronen, vanuit een medische hulporand of wanneer u onder goede begeleiding (opnieuw) wilt (leren) bewegen. In beide gevallen geloven wij in een actieve rol voor de cliënt.

In ons uitgebreide trainingscentrum kunt u zowel individueel als in een groep trainen, onder begeleiding van een fysiotherapeut. Door het combineren van behandelingen met oefentherapie en medische fitnessstraining, sluiten we noodloos aan op de nieuwste inzichten binnen de fysiotherapie.

**FYSICO maakt voor iedere bezoeker een individueel trainingsplan en geeft intensieve begeleiding**

Zowel in de herestofse van uw klachten als daarna. In de preventieve fase, is intensieve begeleiding nodig. Tevens maken wij graag een trainingsprogramma voor u dat is afgestemd op de sport die u beoefent of de actieve vakantie die u wilt voorbereiden.

Daarom stellen wij een individueel trainingsprogramma voor u samen, gericht op zo mogelijk herstel, het (opnieuw) leren gebruiken van bepaalde functies, het vergroten van de algehele belastbaarheid en het verbeteren van conditie, kracht en hart- en longfunctie.

Of u nu sportspecifiek wilt bewegen of voor uw gezondheid: een positieve instelling vinden wij daarbij van groot belang. Daarom stelt FYSICO duidelijke doelen. Dat vergroot het enthousiasme en maakt bewegen niet alleen nuttig, maar ook leuk.

[www.fysicorotterdam.nl](http://www.fysicorotterdam.nl)

**FYSICO FYSIOTHERAPIE**

FYSICO Fysiotherapie verzorgt fysiotherapiebehandelingen met als doel: revalidatie en functieverbetering. De fysiotherapeuten van FYSICO zijn bewegingspecialisten.

In ons uitgebreide trainingscentrum helpen onze therapeuten u zelf beter bewegen. Middels fysiotherapiebehandelingen, revalidatietraining, manuele therapie en oefentherapie adviseren, behandelen en begeleiden wij u naar een zo goed mogelijk herstel.

Op onze website [www.fysicorotterdam.nl](http://www.fysicorotterdam.nl) kunt u meer informatie vinden over de verschillende therapieën die mogelijk zijn in FYSICO.

**Vergoedingen Fysiotherapie**

In uw polisvoorwaarden kunt u terugvinden welke aanvullende verzekering u hebt. Om uw verzekeringstoestand te controleren kunt u onder andere terecht op [www.fysiotherapie.nl](http://www.fysiotherapie.nl). FYSICO FYSIOTHERAPIE heeft contracten afgesloten met alle zorgverzekeraars, zodat uw behandelingen rechtstreeks bij uw verzekering gedeclareerd worden.

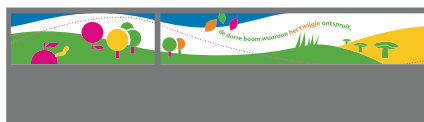
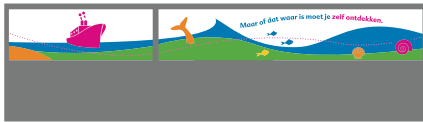
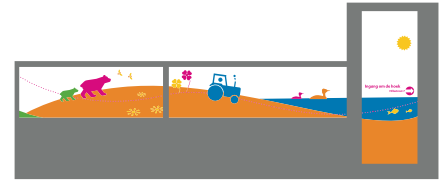
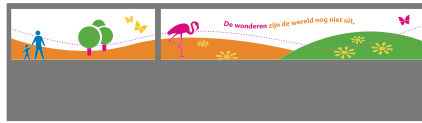
**Bewegen & gezonde voeding**

Bent u door uw huisarts, specialist of tandarts doorverwezen naar een diëtist? FYSICO werkt samen met de diëtisten van DIETHEEK, die u graag adviseert, begeleidt en ondersteunt bij het gebruik van de juiste voeding. DIETHEEK is gevestigd in het pand van FYSICO. Meer informatie hierover kunt u vinden op [www.dietheek.nl](http://www.dietheek.nl).

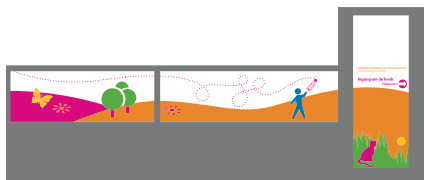
sinds 2009 > Na een restyling van het logo ontwikkelde ik samen met Jack Broeders een website. In samenwerking met Designerdutch werd een gevelbelettering ontworpen. Intussen is er ook een nieuwe brochure en tarievenkaart. En zijn er nog steeds diverse uitingen in ontwikkeling.



# peuterspeelzaal Toermalijn



## katholieke basisschool voor Dalton onderwijs **de Globetrotter Toermalijn**

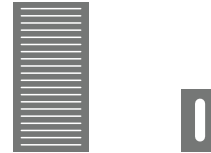
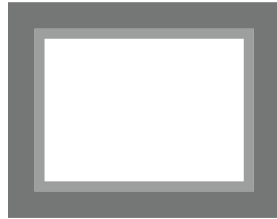
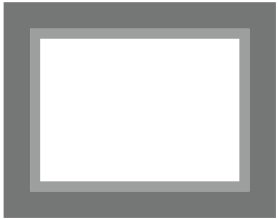


2010/2011 > We ontwikkelde een belettering voor de gevel van de katholieke basisschool voor Dalton onderwijs 'de Globetrotter Toermalijn' in Rotterdam. Het werd een illustratieve ontdekkingsreis op basis van het gedicht 'de Wonderen' van Han G. Hoekstra. In samenwerking met en opdracht van Karla de Witte.

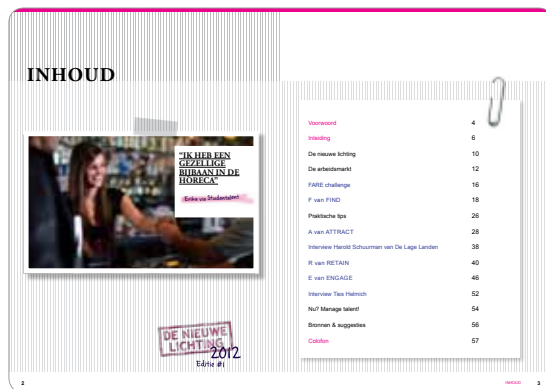
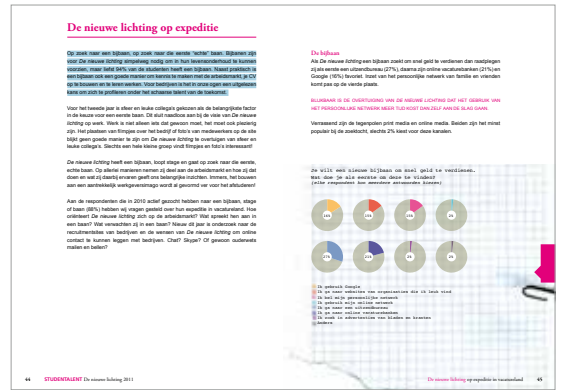




de akkers  
openbare basisschool



2010 > Ontwerp voor de belettering voor de gevel van basisschool 'De Akkers' in Rotterdam. Een verdieping van de bestaande huisstijl. In opdracht van Karla de Witte.



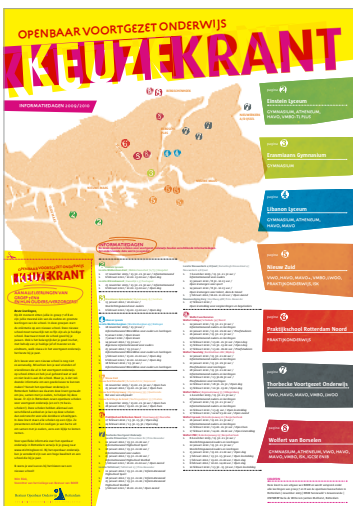
2011 & 2012 > Ontwerp voor het onderzoeksdossier over De nieuwe lichting voor Studentalent. In opdracht van en samenwerking met 7Causes.



2009 > Presentatie brochure voor Van Santen netwerk. In opdracht van Oebelicious.



2009 > Folder voor de Stichting Samen Sterk Tegen Kindermishandeling.



2010 > Keuzekrant voor Stichting Boor. In opdracht van en samenwerking met Karla de Witte.