

## Fréttablað SSOVÍ nóvember 2012



### Litlu Jól 16. des. kl. 17 í Ísis heilsuhofi, Kaupangi v/Mýrarveg

#### **Kæru félagar**

Nú fer að styttest í jólin og árið að líða. Stjórn SSOVÍ óskar ykkur gleðilegra jóla með þakklæti fyrir liðið ár og ósk um að þið eigið hamingjuríka daga með fjölskyldum ykkar.

Við í stjórn SSOVÍ erum alltaf heilshugar að reyna að halda félaginu okkar gangandi með viðburðum fyrir félagsmenn, eins og litlu jólum og nuddmóti. En félagsmenn mættu alveg vera sýnilegri og virkari. Félagsgjaldið hjá okkur er ekki hátt miðað við mörg önnur félög, enda erum við mjög aðhaldssamar og ekki kostnaðarsamt að reka félagið:)

En því miður verðum við að hækka félagsgjaldið þetta ár því aðild okkar að BÍG hefur hækkað. Við þökkum ykkur kærlega fyrir ykkar framlag, því þið borgið ykkar félagsgjald mjög samviskusamlega.

Anna Svava Traustadóttir situr núna í stjórn BÍG fyrir okkar hönd. Hún er líka í nefnd innan BÍG sem kallast Heilsubrú, sjá grein hér í blaðinu.

**Svo eru það netföngin!!!** Við höfum svo oft beðið um rétt netföng, það væri svo þægilegt á okkar nútíma tölvu öld, að geta bara sent á ykkur öll tölvupóst um viðburði eða það sem er í gangi. En því miður erum við aðeins með netföng um helmings félagsmanna. Svo nú bið ég ykkur enn og aftur um að senda mér netföngin ykkar á [svanahk@gmail.com](mailto:svanahk@gmail.com)

Með hækkanði sól verður svo auðvitað nuddmót hjá okkur, ef til vill með námskeiði og góðum fyrirlestri:) Ef einhver vill leggja okkur lið og er með hugmyndir varðandi nuddmótið þá endilega hafið samband.

Kær kveðja Svana Kristinsdóttir formaður

**Gerist skráðir græðarar - leitið upplýsinga hjá formanni :)**

## Skýrsla frá Önnu Svövu Traustadóttir: Upplýsingar vegna samstarfs skráðra græðara við Heilsustofnun Náttúrulækningafélags Íslands í Hveragerði.

Sumarið 2012 var ákveðið að stofna nefnd innan BIG, [www.big.is](http://www.big.is) sem heitir Heilsubrú. Hún er tilkomin vegna opunar á samstarfi við Heilsustofnun Náttúrulækningafélags Íslands (HNLFI), [www.hnlfi.is](http://www.hnlfi.is) aðallega fyrir tilstuðlan stjórnar Náttúrulækningafélags Íslands (NLFI), [www.nlfi.is](http://www.nlfi.is) og nýs yfirlæknis, sem var ráðinn þangað í apríl 2012, Haraldar Erlendssonar. Innan stjórnar NLFI hafa þessi mál verið rædd af og til síðan 2007 og gaf Haraldur grænt ljós á samstarfið nú í september. Þetta hefur gengið ágætlega en okkur finnst að skráðir græðarar mættu vera áhugasamari en þetta samstarf er eingöngu við þá. Upplýsingar um þetta samstarf hafa heldur ekki borist öllum en vonandi er það nú alveg að verða að veruleika. Vonum líka að þetta samstarf verði fleiri græðurum hvatning til að fá skráningu. Fyrirkomulagið er eftirfarandi:

### Nefnd um heilsubrú

Guðrún Tinna Thorlacius: [tinna@thorlacius.com](mailto:tinna@thorlacius.com) Gsm 894 3108

Anna Svava Traustadóttir: [ast@talnet.is](mailto:ast@talnet.is) Gsm 895 6640 Tengiliður SSOVÍ

### Tengiliður okkar hjá HNLFI

Ingi Þór Jónsson, markaðsstjóri: [ingi@hnlfi.is](mailto:ingi@hnlfi.is), gsm. 860 6525 Ingi Þór sér um að útbúa auglýsingar fyrir okkur, koma bókunarblöðum í afgreiðslu og gefur almennar upplýsingar.

### Almennt fyrirkomulag

Samstarfið er eingöngu ætlað *skráðum græðurum*.

Athuga þarf að starfsábyrgðartrygging sé gild.

Skráðum græðurum er boðin vinnuástaða hjá Heilsustofnuninni í Hveragerði **um 3ju hverja helgi**.

### **Þær helgar sem eftir eru árið 2012:**

30. nóv/ 1. desember

21/22 desember

### **Þær helgar sem líklega um ræðir á nýju ári 2013 til vors eru:**

11/12 janúar, 1/2 febrúar, 22/23 febrúar, 15/16 mars, 5/6 apríl, 26/27 apríl,

17/18 maí, 7/8 júní og 28/29 júní

Fyrirlestur á föstudagskvöldi klukkan 20.00.

Hægt er að mæta fyrr og þiggja kvöldmat klukkan 18:15-19:15

- **Vinna á laugardegi frá 9:00** (eða seinna) – hversu lengi frameftir degi er unnið, fer eftir eftirspurn eða tíma meðferðaraðila. Bókað er í meðferðir á klukkutíma fresti, nema óskað verði eftir öðru.

Á föstudegi er hægt að hafa samband við Heilsustofnunina og athuga hvernig hefur tekist að bóka í tíma. Upplýsingar gefur **Guðrún Friðriks í síma 483 0300 eða Ingi í síma 860 6525**.

Fyrir þá sem eingöngu vinna á laugardeginum er mæting við aðalinngang klukkan 08:45. Það er mismunandi hver tekur á móti, en gott að hafa símanúmer hjá Inga Þór. Þegar þið komið á staðinn þarf að hafa samband við starfsfólk á hjúkrunarvakt sem lóðsar ykkur í vinnuástöðuna.

*Brosmdir á aðalfundi í maí í vor*



## **Skýrsla stjórnar**

Enn og aftur er komið að því að halda “ Litlu jólin “ okkar. Stjórnin hefur ákveðið að halda þau þetta árið sunnudaginn 16. desember kl.17 í Ísís heilsuhofi Kaupangi við Mýrarveg á Akureyri.

Við erum seinna á ferðinni en undangengin ár og helgast það m.a. af því að finna heppilegan tíma, vegna anna á öðrum sviðum. Er það ósk okkar að það komi ekki að sök og sem flestar-ir mæti og við getum átt saman notalega stund.

**Gjörðu svo vel að láta Svönu >[svanahk@gmail.com](mailto:svanahk@gmail.com) gsm: 898-0467 eða Beggu>[beggasig@nett.is](mailto:beggasig@nett.is) gsm: 846-8414 vita ef þú ætlar að mæta á litlu jól fyrir 14. desember.**

Eins og venjulega höfum við eitthvað meðferðis til að leggja á sameiginlegt borð og litla gjöf. Það er alltaf svo notalegt að sitja saman og opna pakka og njóta veitinga. Munið bara að nú eru tímar aðhalds og skynsemi og sniðum við stakk eftir því.

Ekkert nuddmót var haldið í ár vegna lélegrar þátttöku. Aðalfundur SSOVÍ var haldinn á Akureyri föstudaginn 4. maí í Ísís heilsuhofi og mættu 12 félagskonur. Þar af 4 konur af höfuðborgarsvæðinu. Við heimakonur sáum um veitingar og aðkomukonur fengu gístaðstöðu á nuddstofunni. Áttum við saman góðan en langan fund frá kl.19:00-23.30 !

Á fundinum fóru fram venjuleg aðalfundarstörf. Formaður Svana Kristinsdóttir setti fundinn. Kosinn fundarstjóri Katrín Jónsdóttir og ritari Guðrún Guðmundsdóttir. Formaður las skýrslu stjórnar fyrir árið 2011. Reikningar félagsins lagðir fram og samþykktir. Stjórn og meðstjórnendur verða þeir sömu fyrir árið 2012. Í siðanefnd SSOVÍ voru kosnar Álfheiður Hjaltadóttir, Linda Eygló Harðardóttir og Sveinbjörg Jónsdóttir. Fulltrúi í stjórn BIG kosin Björg Skarphéðinsdóttir og til vara Svava Hlíð Svavarsdóttir. Þingmenn í BIG eru Svana Kristinsdóttir og Svava Hlíð Svavarsdóttir, til vara Hólmfríður Margrét Bjarnadóttir og Ásta Agnarsdóttir.

Miklar umræður áttu sér stað á fundinum um lagabreytingar þess efnis að SSOVÍ gangi úr BIG. Ýmsar skoðanir á því að SSOVÍ hafi yfir höfuð ekki hag í því að vera innan félagsins ( BIG). Átt hafi sér stað heldur erfitt samstarf og samskipti milli þessara félaga. Sú niðurstaða varð á fundinum að þeim Svövu Hlíð og Björgu var falið að huga að lögum þess efnis og hafa tilbúið fyrir næsta aðalfund 2013. Svava Hlíð vill gjarnan vera tengill á höfuðborgarsvæðinu og ef einhver hefur áhuga á að gera eitthvað skemmtilegt, endilega hafið samband við Svövu Hlíð s. 868-3633 [www.svavahlid@isl.is](mailto:www.svavahlid@isl.is)

Tillaga borin fram um að hækka félagsgjald SSOVÍ í 4.000 kr og var það samþykkt.

Kær kveðja Begga, Svana og Anna Svava

***Er áhugi fyrir upprifjunarnámskeiði? Hafið samband við Katrínu [katjons@internet.is](mailto:katjons@internet.is)***

***Áhugaverðar heimasíður: [svaedamedferd.is](http://svaedamedferd.is), [big.is](http://big.is), [nlf.is](http://nlf.is), [nudd.is](http://nudd.is)***

### **Greiðslufyrirkomulag og aðstöðugjald**

Þeir sem þiggja meðferðir hjá græðurum, greiða okkur á staðnum 10% aðstöðugjald af meðferðum dagsins á laugardeginum greiðist til Heilsustofnunarinnar. Umsamið aðstöðugjald greiðist eftir á og leggist inn á reikning: **314-26-3409- kt.480269-6919** Starfsmenn HNLFI fá 2.000 króna afslátt af meðferðunum – þetta fyrirkomulag gildir til jóla og verður endurskoðað þá. Ekki er greitt aðstöðugjald af meðferðum starfsfólks. Einungis 2 starfsmenn verða bókaðir á hvern meðferðaraðila og gildir afslátturinn **einungis fyrir starfsmenn HNLFI**.

### **Framlag HNLFI til skráðra græðara**

- Matur á föstudagskvöldi klukkan 18:15-19:15
- Gisting fyrir 1 – fyrirlesarann.
- Morgunmatur, hádegismatur og eftirmiðdagshressing fyrir alla þá meðferðaraðila sem vinna á laugardeginum.

Hádegismatur: 11:45-12:45

Síðdegishressing: 15:00-16:00

Kvöldmatur: 18:15-19:15

### **Verð fyrir meðferðir:**

7.500 krónur – Meðferðir þar sem tilkemur auka tilkostnaður, s.s. remediur, olíur osfrv.

6.000 krónur – Meðferðir þar sem ekki er um auka tilkostnað að ræða, s.s. höfuðbeina- og spjald eða hefðbundið nudd.

### **Hvað þurfum við að sjá um eða koma með**

Sjá um að senda upplýsingar um fyrirlestur, menntun og meðferð viðkomandi til Inga Þórs á e-mail, a.m.k. viku fyrir vinnuhelgi – svo hægt sé að auglýsa viðburðinn vel. [ingi@hnlfi.is](mailto:ingi@hnlfi.is) Einnig þarf að senda bókunarblað fyrir meðferðirnar með nafni, þeirri meðferð sem er í boði og tímasetningum. Allir meðferðaraðilar þurfa sjálfir að sjá um að koma með eigin lök, teppi eða hitapoka sé þess þörf. Mælum með ferðabekkjum eða eggjabakkadýnu ef meðferðir eru allt að klukkustund. Bekkirnar þarna eru meira miðaðir við sjúkraþjálfun og sjúkranudd sem er yfirleitt um 20. mín.

### **Kynningarborð**

Á vinnuhelgum er mögulegt að hafa bæklinga, nafnspjöld eða annað kynningarefni fyrir meðferðirnar sem eru í boði.

### **Vinnuaðstaða** Aðstaða á nuddgangi:

- Sæmileg aðstaða. Bekkirnar eru gamlir og oft er erfitt að fá heitt vatn.
- 3 bekkir eru á nuddgangi og 2 hægindastólar.

Það er von okkar að fleiri stofnanir vilji svona samstarf og jafnvel að skr.gr. verði ráðnir í vinnu með sínar meðferðir í framtíðinni. Heilsubrú mun leggja sitt af mörkum en markmið hennar er að byggja þá brú sem þarf til af kærleika, heilindum og þekkingu.

Með vinsemd og virðingu,

Anna Svava Traustadóttir og Guðrún Tinna Thorlacius

*GLEÐILEG JÓL*