



LIGGE,
SITTE, STÅ,
LØFTE,
BÆRE, GÅ.



NORSKE
FYSIOTERAPEUTERS
FORBUND



NORSKE FYSIOTERAPEUTERS FORBUND

I n f o r m a s j o n s k a m p a n j e n 1 9 9 1

Fysioterapeutenes ansvar å formidle gode råd.....

Med dette bilaget presenterer NFF sin profileringskampanje om forebyggende arbeid, rettet mot folk flest.

Forebyggende og helsefremmende arbeid skal, ifølge Nasjonal helseplan, være prioritert satsingsområde i 90-årene. Planen ble vedtatt i Stortinget i 1989. Siden den gang er mye blitt sagt, men lite gjort.

Som en yrkesgruppe med solide kunnskaper og bred erfaring innen arbeidsområdet, har NFF ansvar for å fokusere nettopp på denne siden av faget. Nå går forbundet ut med sin første store profileringskampanje rettet mot publikum. Målet er å synliggjøre noe av NFFs innsats innen forebyggende arbeid.

For å nå publikum, har vi produsert plakater og postkort med råd om hvordan kroppen bør brukes for å unngå uheldige belastninger.

Frøet ble sådd under forberedelsene til NFFs deltakelse på messen HELSE FOR ALLE 91 i januar. Som en prøvelansering og med tanke på flest mulig tilbakemeldinger, ble rådene trykket på kort som ga mulighet for stor spredning. Kollegers uttalelser og publikums reaksjoner ble flittig registrert som utgangspunkt for den videre utviklingen av prosjektet. På messen introduserte vi også T-skjortene og college-genserene som, etter salgstallene å dømme, er blitt svært populære.

Valg av budskap

Hovedbudskapet må være enkelt og tilgjengelig. Samtidig skal det favne bredden i dagliglivets utfordringer og knyttes til fysioterapeuters arbeidsområde.

Optimisme, glede og inspirasjon er andre verdier vi ønsker å formidle. Med en viss porsjon frekkhet har vi gjort de seks velkjente funksjonene



til fysioterapeuters "eiendom". Faglig er det lett å knytte begrepene til ergonomiske forhold, - noe vanskeligere er det kanskje å lese ivaretagelse av helhet og samspill psyke/soma ut fra disse ordene. Men med de seks begrepene som utgangspunkt, er det fysioterapeuters utfordring å utvikle dem slik at sammenhengen i hvordan "vi har det, tar det og gjør det" vokser frem i folks bevissthet. Nettopp fordi innholdet i ordene er så omfattende, kan vi som fysioterapeuter mobilisere fantasien i vår formidling av funksjonene både i bokstavelig og i mer overført betydning.

...på nye og utrad

Tekst og desig

Skal budskapet bli husket, må det være kort og rett på sak. Å formulere de korte "hverdagsrådene" som er under hvert bilde, var en hard nøtt å knekke for fysioterapeuter som helst legger hele sin pedagogiske bredside til i formidlingen. Slik rådene fremstår, mener vi at de uttrykker elementære, men sentrale huskereglene i forhold til de ulike funksjonene. Teksten er illustrert ved hjelp av stiliserte fotos, forsterket med farger og ulike symboler.

De designmessige virkemidlene er utradisjonelle og ikke tenkt som instruksjonsmateriell. Vi har gitt budskapet et artistisk uttrykk som vanligvis ikke forbindes med helseopplysning.

Samarbeid

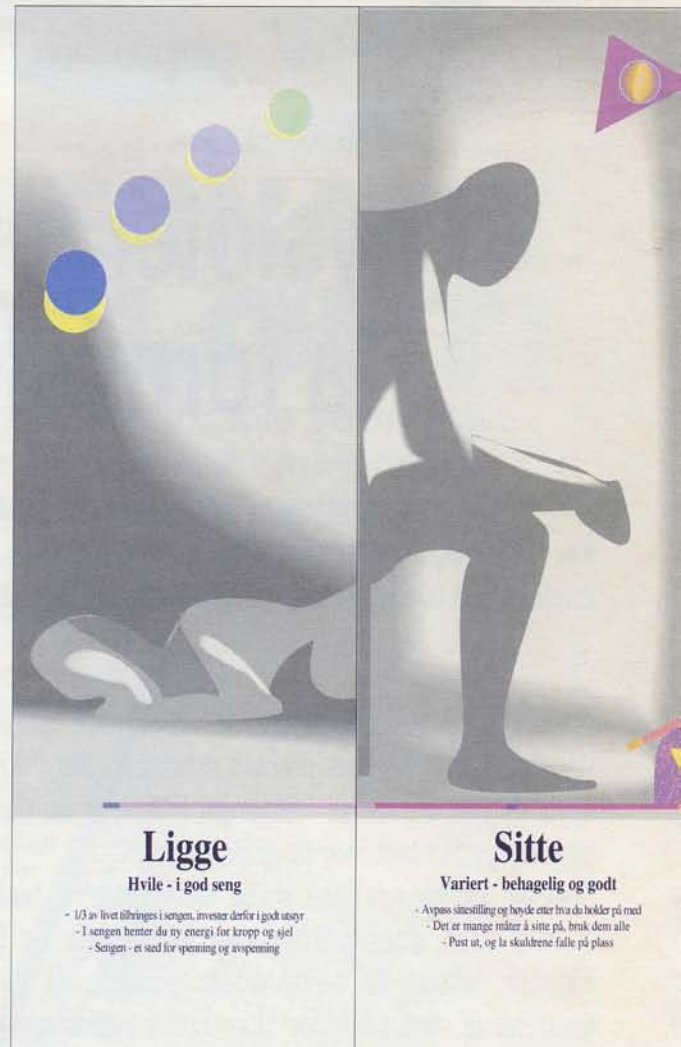
NFF inviterte seks bedrifter til samarbeid om prosjektet.

Vi la vekt på å knytte til oss bedrifter med aktuelle produkter som korresponderer med de seks ordene. Invitasjonene ble mottatt med stor entusiasme. Bedriftene står fadder for hvert sitt begrep. Uten fadderene hadde det ikke vært økonomisk mulig å gjennomføre kampanjen. Fadderene synliggjør sin deltakelse ved at bedriftens logo trykkes på kort og plakater og på NFFs utstillingsvegg på verdenskongressen i London.

Distribusjon

NFFs plakater er distribuert til ca. 1500 mottakere i løpet av juli. For å nå frem med vårt budskap der mennesker ferdes, er de sendt til

- sykehus og helseinstitusjoner
- kommunale helse- og sosialsentre
- yrkesskoler, høyskoler og universiteter
- folkebiblioteker
- Helsedirektoratet, departementer mm.
- Kommunenes Sentralforbund



Også på verdenskongressen i London

NFFs utstillingsvegg på verdenskongressen vil bestå av plakatene i stor størrelse, rammet inn med NFFs røde logofarge. Også på kongressen ønsker vi å synliggjøre vårt engasjement innen forebyggende arbeid. Norske fysioterapeuters innsats i forebyggende arbeid er spesiell sett i internasjonal sammenheng.

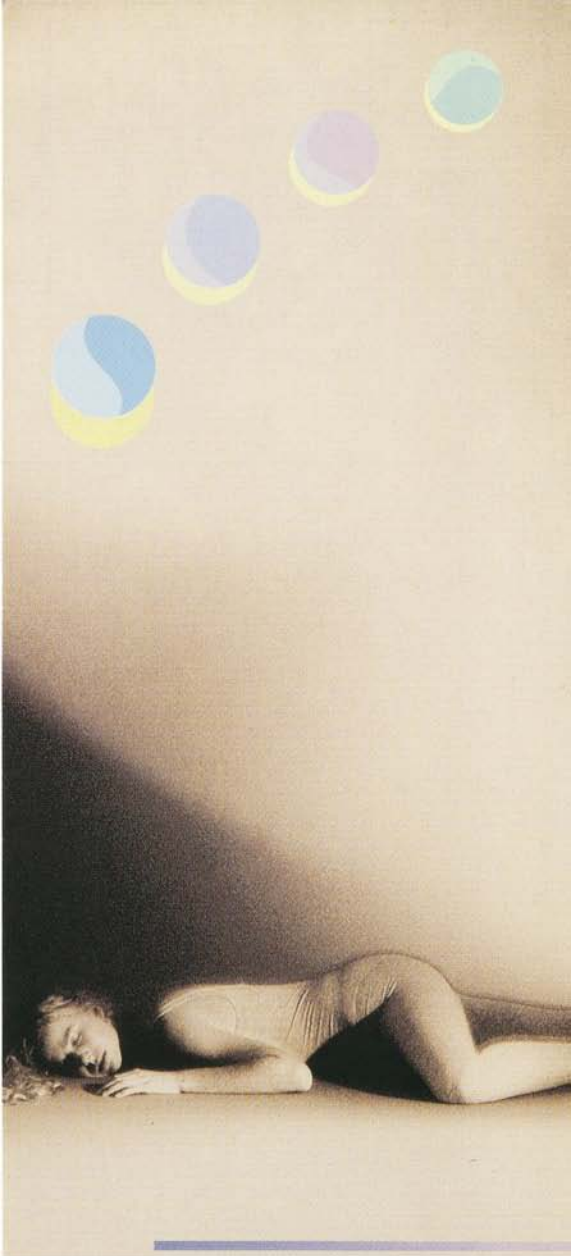
lisjonelle måter...



Ved å vektlegge denne delen av vår virksomhet, håper vi å inspirere utenlandske kolleger og forbund til å satse mer på dette området. Sammen med T-skjorter, plakater og den engelske utgaven av FYSIOTERAPEUTEN, vil NFFs stand gi slående informasjon og synliggjøre sentrale trekk ved fysioterapiutøvelse i Norge. Tidsskriftet viser bredden i fysioterapeuters virksomhet i Norge.

NFFs seks faddere er

LIGGE	- LIC REHAB CARE AS
SITTE	- HÅG
STÅ	- ERGO-FLOOR A.S
LØFTE	- UNIVERSITETSFORLAGET
BÆRE	- LILL-SPORT
GÅ	- FORMA VERNEFOTTØY



Ligge

Hvile - i god seng

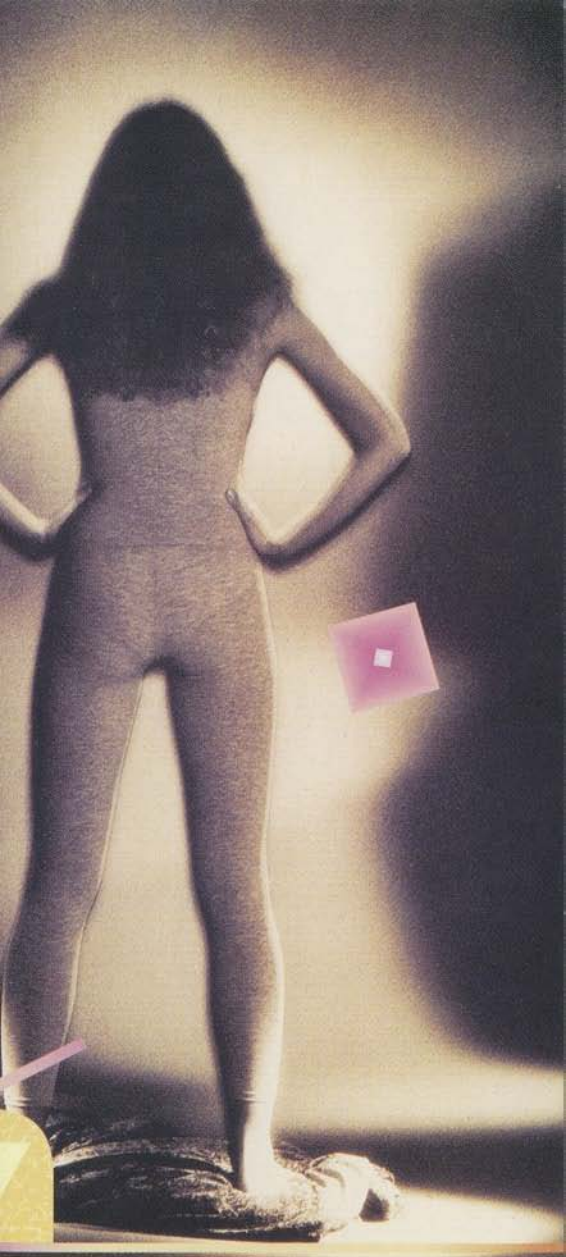
- 1/3 av livet tilbringes i sengen, invester derfor i godt utstyr
- I sengen henter du ny energi for kropp og sjel
- Sengen - et sted for spenning og avspenning



Sitte

Variert - behagelig og godt

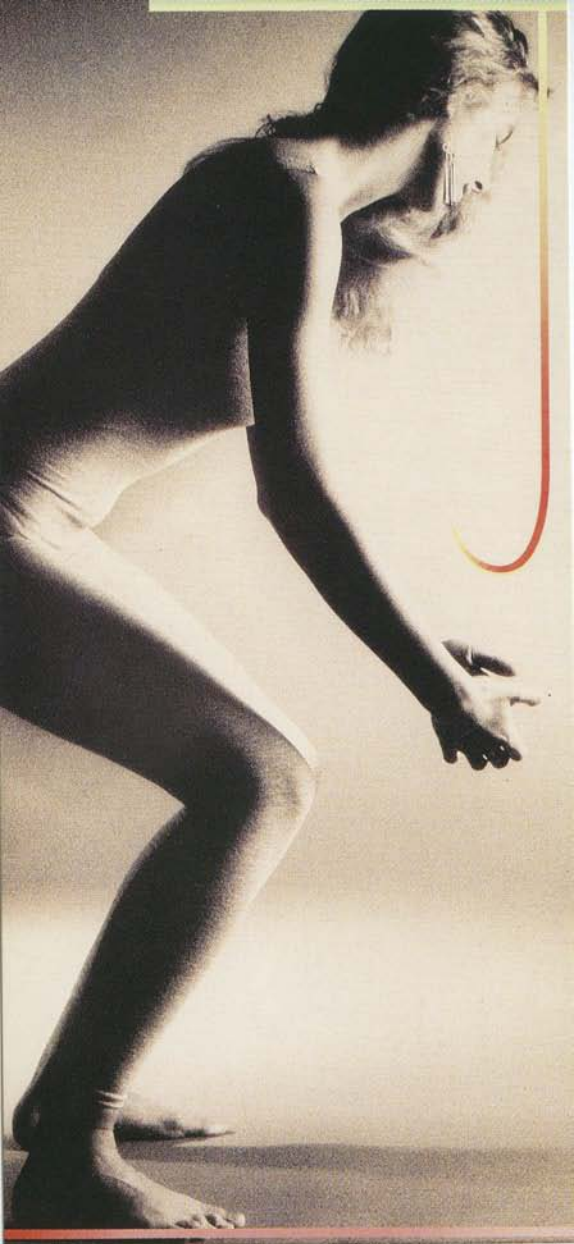
- Avpass sittestilling og høyde etter hva du holder på med
- Det er mange måter å sitte på, bruk dem alle
- Pust ut, og la skuldrene falle på plass



Stå

Støtt - på begge ben

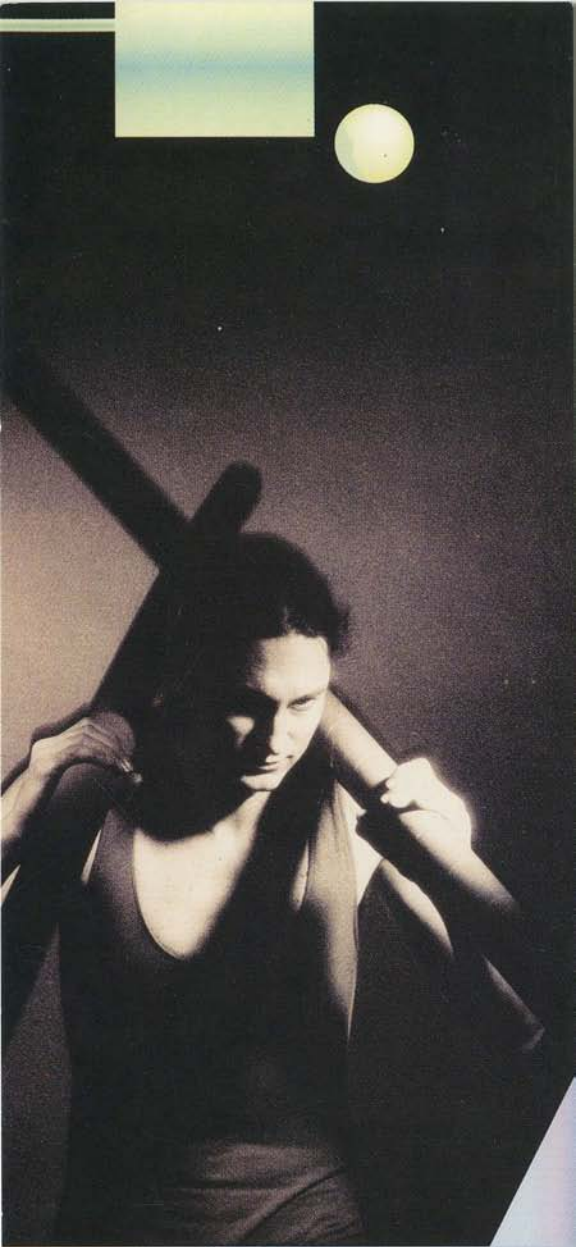
- Sett sjøbein for stabilitet og skift stilling hvis du står lenge
- Det er bedre å stå av og til enn å sitte hele tiden
- Mykt underlag er roten til alt godt



Løfte

Kroppsnært - med bøyde knær

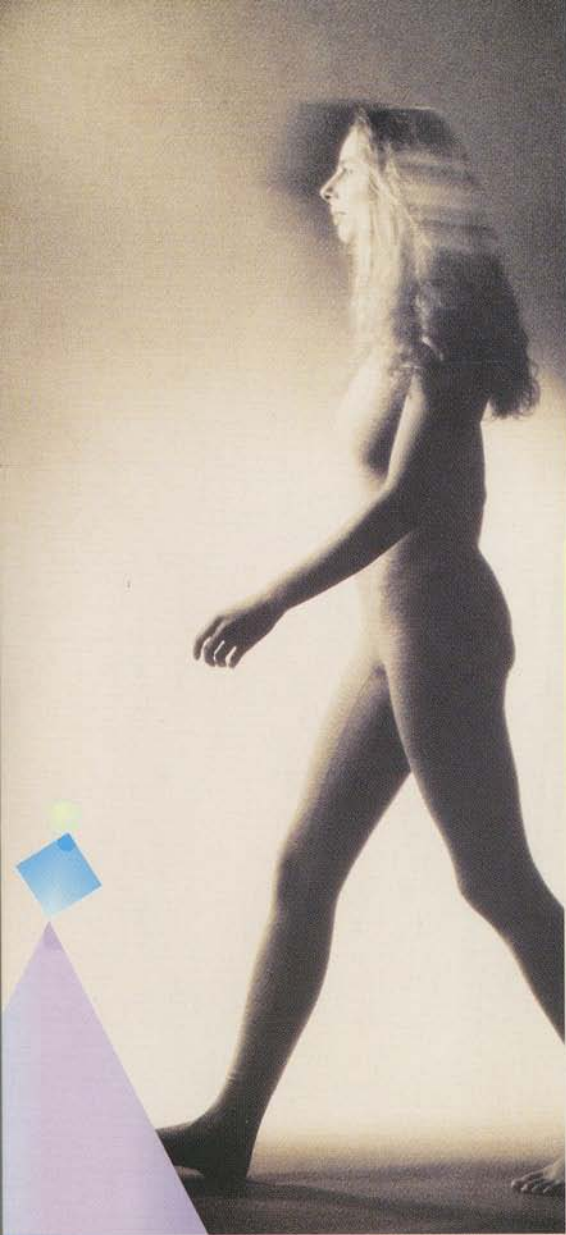
- Tenk før du løfter - det er løfterikt å be om hjelp
- Trekk istedenfor å løfte - rull istedenfor å trekke
- Velg andre måter å forflytte på - bruk fantasien



Bære

Balanse - en "bør" du tåler

- Bær som du evner, maksimum 1/3 av kroppsvekten
- Ta vare på norsk bæretradisjon, bruk ryggsekk
- Å bære er et gående løft



Gå

Gå ofte - den enkleste trim

- Den som har god sko, kjenner at den ikke trykker
- 30 minutters rask gange tre ganger i uken er bra
- Du går best på fjærende såler

NORSKE FYSIOTERAPEUTERS FORBUND



Ligge

Ligge - hvile - i god seng



Sitte

Sitte - variert - behagelig og godt



Stå

Stå - støtt - på begge ben



LIGGE, SITTE, STÅ, LØFTE, BÆRE, GÅ.

NORSKE
FYSIOTERAPUTERS
FORBUND



Ligge - hvile - i god seng
Sitte - variert - behagelig og godt
Stå - støtt - på begge ben
Løfte - kveppemønstre - med begge knær
Ligge - hvile - i god seng
Bære - balanse - "bør" du ta
Gå - støtt - den enkleste trin

Bære

Bære - balanse - "bør" du ta



Gå

Gå - støtt - den enkleste trin



Løfte

Løfte - kveppemønstre - med begge knær



LIGGE
SITTE
STÅ
LØFTE
BÆRE
GÅ



LIGGE
SITTE
STÅ
LØFTE
BÆRE
GÅ

LIGGE
SITTE
STÅ
LØFTE
BÆRE
GÅ

Congratulations on the World Congress



Toril Bergerud Buene, President of the Norwegian Physiotherapist Association, and Vice President Robert Rustad, with the Vigeland Park in Oslo in the background. Photo: Per Anders Rosenkvist, Samfoto

With its approx. 5,500 members, the Norwegian Physiotherapist Association, NFF, organizes an overwhelming majority of Norway's physiotherapists. There is a great demand for physiotherapists and there are many vacant job positions throughout the country. Physiotherapy is a popular choice of profession, and there is a long line of applicants waiting to get in to Norwegian physiotherapy colleges. Many Norwegians are trained abroad. Physiotherapy is developing, both professionally and with regard to educational capacity. The college enrollment capacity is at present 224 students per year. Governmental authorities have acknowledged that physiotherapists are key personnel within habilitation and rehabilitation. There is also increasing recognition that physiotherapists make important contributions to preventive work. Physiotherapists have moved from more traditional work places in institutions and private clinics (still very much alive) to municipal and occupational health services. This service offers new opportunities for professional and administrative responsibilities for developing physiotherapy services for the whole community. This includes preventive and curative services, from childbirth classes to rehabilitation at home and in nursing homes. Physiotherapy is being recognized as a basic tool for care of the individual as well as for preventive health service. The key words here are health, safety and environment. Physiotherapy research is in its infancy. It is crucial that we foster more physiotherapists with formal research qualifications in order to ensure the quality of our services and the competence of our teachers. The first formal university program to include physiotherapy as a major subject at Master's level will start in Bergen in fall 1991.

Through its Center for Physiotherapy Research and Development, NFF aims at developing research activities based on ideas and problems from everyday practice. It is crucial that the results of research work are applied to improve practice.

The quality of professional practice depends on regular updating through further education. NFF develops and conduct upgrading programs for physiotherapists. The physiotherapy colleges are in the process of developing postgraduate programs within areas such as psychiatric/psychosomatic physiotherapy, manipulative therapy, habilitation, rehabilitation of elderly and preventive physiotherapy. The colleges are also developing interdisciplinary courses.

Norwegian physiotherapy has potential for development, and NFF wants to take the initiative and spearhead the way to tomorrow's physiotherapy service: a service where physiotherapy is part of interdisciplinary cooperation within clinical practice, preventive service and research.

NFF wants to engage the organization and its members in international cooperation. Our involvement in WCPT is based on the belief that a joint international effort for physiotherapy will strengthen the profession everywhere. We realize that the challenges we meet in Norway very often coincide with those being met by physiotherapists in other countries.

We wish all World Congress participants welcome to NFF's exhibit - and to Norway.

*Toril Bergerud Buene, President
Robert Rustad, Vice President*