

Nummer 2 2016

Kroppps

terapeuten

Inspirationshelgen
Rekord i antal deltagare

Momsfritt eller BOT
Vi reder ut begreppen

ÅRETS MEDLEM
KNUT THORSTENSSON

Sveriges första
zonterapeut
80 år

NYBLIVEN
HEDERSMEDLEM

**KERSTIN
UVNÄS MOBERG**

TIDNING FÖR MEDLEMMAR I KROPPSTERAPEUTERNAS YRKESFÖRBUND



Väntad eller oväntad inspiration

Några veckor efter Inspirationshelgen sitter jag framför datorn för att skriva denna ledare. Tre gånger har jag frågat mina kollegor på kansliet om lämpliga ämnen, och jag får flera bra förslag, men inga jag riktigt fastnar för. Jag känner mig inspirerad och full av energi, månaden som gått har verkligen fyllt på mina depåer och jag känner mig otroligt taggad.

Veckan före Inspirationshelgen besökte jag Fibo, en av Europas största träningsmässor som går i Köln. Mässan är otroligt stor och omfattande. Sju mässhallar och 800 utställare drar över 100 000 besökare varje år.

Under två dagar gick jag 51 000 steg. Personligen hade jag hoppats på lite fler utställare med inriktning på hälsa, men man kan inte få allt. På Fibo hade jag en del möten bokade. Bland annat träffade jag Europé Active, en organisation som registrerar personliga tränare i ett internationellt register kallat E-reps. Jag hade hoppats på att få lite mer kött på benen om hur man arbetar internationellt med kvalitetssäkring, men det slutade med att jag höll hov om hur vi jobbar med dessa frågor i förbundet. Europé Active har en del att lära av oss.

Under vintern har vi arbetat med att uppdatera och modernisera de kanaler vi marknadsför oss i för att rekrytera nya medlemmar. Bland annat har vi intervjuat

medlemmar, många anmälde sitt intresse för att delta – tack! – för att trycka en s.k. ambassadorsupplaga. Detta ”specialnummer” av Kroppsterapeuten kommer att delas ut på utbildningar runt om i landet och till dem som vill bli medlemmar. I samband med detta har vi också spelat in små korta filmer med medlemmar som berättar vad de tycker om förbundet. Dessa filmer kommer att bli väldigt bra för digital marknadsföring.

Till slut fick vi också öppna dörrarna till Inspirationshelgen med årsmötet på Bosön. Efter månader av planering släppte vi lös 100-tals medlemmar, föreläsare och utställare och det märktes redan från start att alla stortrivdes. Hela inramningen bidrog förstås lite extra men det blir aldrig bättre än innehållet, det vill säga alla medlemmar. Så till slut äntrade rockringen scenen på lördagskvällen – ja, vi som var där vet vad jag menar. Och för dig som inte kunde komma, du får i bästa fall en chans till nästa år för mycket talar för en repris.

Jag hämtar min energi från vårens alla aktiviteter men ser också fram mot sommar och semester. Jag hoppas att du när du läser det här har fått lite värme och sol och känner dig inspirerad inför sommaren.

Vi ses till hösten!

PETER



Jag var en fluga på väggen

Jag hade nöjet att få vara med på årets Inspirationshelg. Och jag slås av några saker. Då jag själv tillhör ett annat skrå (journalist/pr-/kommunikationsstrateg) så förbehåller jag mig rätten att studera lite utifrån. Lite i smyg. Som en fluga på väggen. Gruppen av människor som omringar mig har mycket gemensamt. Många är hälsointresserade, förstås, också vad gäller den egna kroppen och själen. Live your brand, brukar man säga och jag kan nog se att det i många fall stämmer. Många är positiva, vana att möta andra människor, vana att lyssna. Och oblyga. Finns väl få ställen där människor till synes helt ogenerat drar av sig tröjan inför andra för att få prova på och vara med och demonstrera olika massagetrin, ytterst för att lära sig mer själva. (I hemlighet gick jag runt och önskade att någon skulle se mig och säga; dig kan jag väl få prova lite massage på. Det hade ju varit najs.)

Sist, men inte minst – det är ett festglatt gäng. Fullt ös på lördagskvällens live music quiz. Självt var jag tvungen att tassa iväg efter ett tag, helt slut. Men festandet och dansandet fortsatte kvällen lång. Nästa morgon satt de där igen. Redo för en ny dag, fräscha och fina och säkert hade de hunnit med en löprunda före frukost.

Jag njöt av att äntligen få se Bosön som jag hört så mycket om

sedan barnsben. Önskar bara att vi fått en rundvandring också, men schemat var fullspäckt, mycket skulle hinnas med. Rummet var kanon och maten likaså. Jag blev också väldigt inspirerad av några av föreläsarna, psykolog Leif E Andersson har jag i efterhand googlat kring för att få veta mer om hans arbete.

Och Inga-Lill Lindqvist, avgående styrelseledamot, vilken kvinna! Likaså vår nya hedersmedlem Kerstin Uvnäs Moberg, som tillika får agera omslagskvinna på detta nummer av Kroppsterapeuten. Hon höll ett spontant i samband med utnämningen. Stolta, starka, kunniga kvinnor. Vilka förebilder!

Och så var det förstås mysigt att få träffa alla från Kryss kansli. Då jag själv sitter långt söderut är det inte så ofta vi ses, men desto oftare vi hörs. Snacka om ett effektivt, kreativt och företagsamt gäng.

Hoppas ni som var där hittar er själva på några av bilderna på sidan 18 till 21. Och hoppas att ni som inte var där tar er tid nästa år.

Njut av era smultronställen och kärlekar i sommar.

Vi ses!

KAJSA

kajsa@zipkommunikation.se





Kroppsterapeuternas Yrkesförbund

Kroppsterapeuten är
Kroppsterapeuternas Yrkesförbunds
medlemstidning och utkommer
fyra gånger per år.

**Materialstopp för färdiga annonser
till Kroppsterapeuten nummer 3/2016
är den 8 september.**

Maila gärna nyheter och tips till
info@kroppsterapeuterna.se



PETER FELDT
Ansvarig utgivare



KAJSA JACOBSSON
Redaktör



ÅSA BROSTRÖM
Annonsbörning

KROPPSTERAPEUTERNAS YRKESFÖRBUND

Telefon 08-32 80 00
Fax 08-32 90 85
info@kroppsterapeuterna.se
www.kroppsterapeuterna.se

POSTADRESS/BESÖKSADRESS

Maria Bangata 4
118 63 Stockholm

OMSLAGSBILD

Kerstin Uvnäs Moberg

FOTO

Kajsa Jacobsson

FORMGIVARE

Johan Olsson

Calle Ljungström

TRYCK

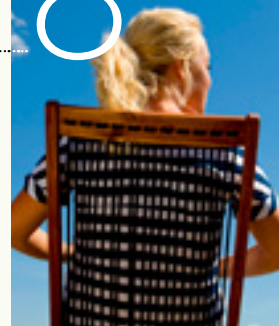
Pipeline Nordic, 2016



Innehåll

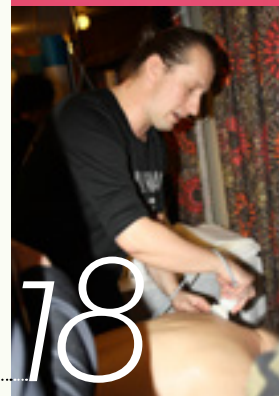
Medlemsinformation.....	4
ESF årsmöte i Prag.....	7
Höstturnén 2016.....	7
Är din arbetsplats semesterredo?.....	
Öka din närvaro där dina kunder finns.....	9
Momsfritt, BOT-avdrag eller ingetdera?.....	10
Norges Rosenterapeuters årsmöte.....	13
Appresan fortsätter.....	
Lyssna på Krypodden.....	14
Gästkrönika: Har du inget RIKTIGT jobb?.....	16
Årets Inspirationshelg i hamn.....	
Årets medlem: Knut Thorstensson.....	19
Ny hedersmedlem i Kry.....	
Fullsatt årsmöte under Inspirationshelgen.....	23
Sveriges första zonterapeut.....	24
Redaktören inpå livet.....	26
Succé i kraftstationen.....	27
Tävla och vinn!.....	28
Blivande seniorcoacher drillas på folkhögskola.....	
Nätverksträffar ute i landet.....	33
Glass är sommar.....	34

8



MAMMA
MAGE

13



18



20



30

VALIDERA DIN KUNSKAP

Under juni startar ännu en kompetensutvecklingsgrupp genom validering. Du ska ha arbetat i branschen i minst några år och införskaffat dig ytterligare kunskaper efter din utbildning. Genom valideringen erhåller du kompetensintyg i de olika modulerna samt sigill. Detta kan sedan användas i marknadsföringen av dig och ditt företag. Vill du vara med i junigruppen så anmäler du dig till:

validering@kroppsterapeuterna.se

Sista anmälningsdag är den 30 juni.

Nästa grupp startar i september.



PARAPLY I WEBBSHOPEN

Även om vi hoppas på en solig sommar kan det vara bra att ha ett paraply i beredskap för regniga dagar. I webbshopen på medlemsnätet går det nu att beställa ett paraply med Kroppsterapeuternas logga. Paraplyet är svart och av större modell.



Pris:
115 kronor
exklusive
moms

Externt nyhetsbrev

I april skickades ett första nyhetsbrev ut till ett adressregister med personer som inte är medlemmar i Kry, men som är intresserade av vår bransch och vill ha information om behandlingar och friskvård.

Nyhetsbrevet lyfte denna gång Kryns kvalitetssäkrade medlemmar och hur man kan boka er, Krypodden, Shiatsu och hade en tävling om att vinna yogamattor.

Tanken är att denna form av publikt nyhetsbrev ska skickas ut ca 4 gånger per år och innehålla olika ingångar till friskvårdsområdet samt alltid puffa för kompetensen hos Kryns medlemmar.

Om du har någon i ditt nätverk som vill ha denna information från Kroppsterapeuterna så be dem gå in under rubriken Nyhetsbrev på Kroppsterapeuternas hemsida och anmäla sig.

Swish - kontant betalning?

Räknas betalning med Swish som kontant betalning enligt reglerna om certifierade kassaregister? Behöver man ha kassaregister om man inte tar emot kontanter, utan bara tar betalt med Swish eller kort?

SVAR:

Ja, enligt Skatteverket räknas betalningar med Swish som kontant betalning. Om Swish-betalningarna tillsammans med kortbetalningar och betalning med sedlar och mynt överstiger 4 prisbasbelopp (dvs 177 200 kr för inkomståret 2016) måste företaget normalt ha ett certifierat kassaregister.

HALVÅRSFAKTURAN PÅ GÅNG

I dagarna kommer din faktura för kommande halvår med posten. Om du inte får någon faktura kan det bero på att du till exempel flyttat eller ändrat adress. Hör i sådana fall av dig till oss, antingen via "Ändra adress" på medlemsnätet eller på mejl till info@kroppsterapeuterna.se.

Du som har autogiro berörs givetvis inte av halvårsfaktureringen.

Passa också på att se över ditt medlemskap så att du har rätt medlemsform och försäkring. Kanske är du färdig med din utbildning och behöver lägga om till Yrkesverksam med full försäkring. Eller kanske har du varit "vilande" medlem och ska starta upp igen och behöver ha en försäkring. Mejla info@kroppsterapeuterna.se för att ändra din medlemsform.

Viktiga datum 2016

Start av ny valideringsgrupp	juni
Start av ny valideringsgrupp	september
Nordiska Branschrådet för massage årsmöte	9 - 11 september
Höstturné, Malmö	15 september
Höstturné, Göteborg	29 september
Utgivning av Kroppsterapeuten nr 3	3 oktober
Nätverksgrupp Akupressur medlemsträff Stockholm	9 oktober
Höstturné, Jönköping	13 oktober
Höstturné, Stockholm	27 oktober
Höstturné, Sundsvall	10 november
Allt för Hälsan och Fitnessfestivalen	25 - 27 november (prel datum)
Start av ny valideringsgrupp	december
Utgivning av Kroppsterapeuten nr 4	22 december

Engelsk version av hemsidan

Nu finns delar av Kroppsterapeuternas hemsida på engelska. Det är de texter som handlar om medlemskapets innehåll, medlemsnytta och hur du gör för att bli medlem. Även blanketten för ansökan om medlemskap finns nu i en engelsk version.

Har du rätt adress?

Kolla att du har rätt adressuppgifter registrerade hos Kroppsterapeuterna. Då kan vi hålla vårt medlemsregister uppdaterat så att post och mejl från oss hamnar rätt. Men också för att dina korrekta adressuppgifter ska synas under Boka tid så att kunderna kan hitta dig! Du ändrar dina kontaktuppgifter på medlemsnätet under "Ändra adress". Det går också bra att mejla in dina ändringar till info@kroppsterapeuterna.se



Lägg om ditt elevmedlemskap

Du har väl inte glömt att du som har elevmedlemskap och är klar med din utbildning behöver lägga om ditt elevmedlemskap till yrkesverksam för att vara fullt försäkrad när du arbetar. Mejla dina diplom och intyg till info@kroppsterapeuterna.se.



Medicinsk laser - Bästa evidensbaserade vårdval vid nacksmärta!

- ”Vid långvarig nacksmärta kan laser ge smärtlindring i 2–6 månader efter avslutad behandling.”*
- ”Behandling med lågeffektlaser är smärtfri, icke-invasiv och verkar inte ge några svåra biverkningar.”*
- ”Metoden är enkel att utföra, tar kort tid och kostnaden är låg per behandling.”*
- ”Den sammanvägda effekten i de ingående studierna är ca 20 mm minskad smärtskattning med VAS-skalan. Det är en skillnad som anses vara kliniskt relevant.”*
(Med lasertyp 904 nm var effekten 27 mm)
- ”Minskad smärta kan leda till mer jämlika möjligheter att delta i samhället.”*



Med en eller två stora multiprober (12 st 904 nm-lasrar), täcks nacksmärtan fort.
Typisk tid 30-90 sekunder per behandlingsområde. Total tid ca 3-15 min.

Citaten ovan i kursiv stil är från SBU-rapporten -
”Laserbehandling vid nacksmärta” - se www.sbu.se för utförlig rapport.
SBU är en förkortning av Statens Beredning för medicinsk Utvärdering.
Har du nacksmärta och vill bli hjälpt? Se närmaste klinik på www.irradia.se

ESF årsmöte i Prag

ESF (European Shiatsu Federation) höll sitt årsmöte i Prag i slutet av februari. Chris McAlister, Krys internationellt ansvarige inom shiatsu, var på plats och rapporterar från mötet.

”De bästa nyheterna kom från Italien. Shiatsuförbundet COS blev formellt antaget som ny medlem i ESF efter sammanläggning med tidigare medlemmen Federshiatsu. ESF får en större och starkare medlem och några tusen euro till i kassan. Men från Italien kom också de sämsta nyheterna. Anledningen är att hudterapeuter även har vissa juridiska rättigheter att utföra kroppsbehandlingar. Just nu pågår en juridisk strid mellan olika förbund där den långtgående konsekvensen kan bli att alla som vill jobba inom kroppsterapi först får kvalificera sig som hudterapeuter.

Detta visar hur sårbar vår bransch är när närliggande branscher ser hur enkelt de kan utöka sitt revir på vår bekostnad.

BELGIEN

För ett år sedan infördes en lag om KAM i Belgien som innebar att alla homeopater som inte var läkare förbjöds

att utöva sitt yrke. Nu har den belgiska hälsoministern, som är extremt anti-KAM, bestämt sig för att ta sig an de tre kvarvarande av de fyra stora terapierna, dvs. akupunktur, osteopati och kiropraktik. Hon har sagt att när hon är klar med de här tre ska hon sedan städa undan ”allt annat”.

ÖVRIGA EUROPA

I Litauen håller man på att förbjuda all KAM utövat av icke-läkare. I Ungern har man redan en begränsande anti KAM-lagstiftning och i Slovenien har man extremt låga krav för utövare av KAM-discipliner.

EKONOMI

ESF:s ekonomi är stabil. Det bestämdes för ett år sedan att tusen euro per år ska läggas undan för framtida forskningsprojekt. Så blir det även i år och antagligen i flera år framåt.

FRAMTIDEN

I de flesta länder (inklusive Sverige) avslutar allt färre elever sina utbildningar med resultat att medlemsantal i förbunden går ned. I denna kontext blir det bråttom med det politiska och det kompetensmässiga arbetet för att skynda på etablerandet av yrket.

Sett i den europeiska kontexten börjar det brinna i knutarna. Hård lagstiftning samt juridiska hot bland annat i Italien gör vår sårbarhet som oskyddade yrkesutövare allt mer uppenbar. Positivt är att det finska shiatsuförbundet vill ansöka om ESF-medlemskap. Ett förbund i Frankrike har påbörjat sin ansökningsprocess och även israeliska ISA vill samarbeta med ESF. ”

Fotnot: Chris McAlisters fullständiga rapport finns att läsa under Nätverksgrupp Shiatsu på medlemsnätet, www.kroppsterapeuterna.se.

Höstturnén 2016

Under hösten 2016 ger sig Kroppsterapeuterna ut i landet igen. Det blir en turné med fem nedslag. Programmet är ännu preliminärt men det blir en heldag som kommer att kretsa kring att vårda och utveckla sitt företag genom att bland annat bygga och utveckla sitt varumärke.

Det finns ett behov av att känna sig lite mer tryggt och säkert med sitt fö-

retag. Vi ska försöka ge er de verktyg som behövs.

Det blir en heldag med olika ingångar på företagande och olika föreläsare med expertis inom just sitt område. Mer information om turnén och programmet för företagandedagen kommer att kommuniceras i nyhetsbrev och på hemsidan. Men du kan redan nu boka in datum och ort som passar just dig.*

AKTUELLA DATUM OCH ORTER:

15 september - Malmö	10-16
29 september - Göteborg	10-16
13 oktober - Jönköping	10-16
27 oktober - Stockholm	10-16
10 november - Sundsvall	10-16

*Vi reserverar oss för eventuella ändringar.

Kunder, medarbetare och inte minst du själv uppskattar att semesterperioden förbereds väl. Mycket handlar om att sätta goda rutiner och planera kommunikationen.

Är din arbetsplats semesterredo?

INFORMERA OM NYA RUTINER

Kunder - Ta fram ett budskap kring vad som gäller i sommar och använd dig av alla lämpliga kanaler för att nå ut: Sociala kanaler, webben, alla frånvarosvar och växelpersonalen. Du vill uppfattas som tydlig så det är bra om kunden nås av samma information överallt. Se till så att ingen befintlig kund känner sig bortglömd.

Leverantörer och partners - Vad kan de förvänta sig i sommar och vem ska de vända sig till? Använd dina vanliga kanaler för att informera dem. Kanske kan du publicera informationen på webbsidan?

Medarbetare och vikarier - Det är extra viktigt att informera vikarier och växelpersonal. Men all personal ska känna till särskilda rutiner, öppettider, joursheman, ansvariga chefer och kontaktpersoner under sommaren. Sätt samman en tydlig information som ger medarbetare rätt förutsättningar att snabbt hantera uppkomna situationer. Utnyttja gärna flera kanaler till anställda för att nå fram med din information: Mejl, fysiskt möte, grupprum på nätet eller intranät om ni har ett sådant.

DELEGERA ANSVAR OCH BEVAKA INBOXAR

Delegera chefsansvaret - Delegera vid behov attesträtt och beslutanderätt till en chefskollega. Informera alla om vem som är ansvarig chefvecka för vecka.

Bevaka varandras inboxar - Det kan vara väldigt bra att ge någon annan tillgång till din mejl. Då kan den personen bevaka inboxen, läsa och svara åt dig. Ingenting riskerar att falla mellan stolarna.

Skapa jourssystem - När kollegor är på semester kan det bli mycket att göra för dem som är kvar. Fördelning av vissa arbetsuppgifter enligt ett jourschema kan skapa lugn. I vissa organisationer kan man också behöva informera övriga så att alla vet vem som är i tjänst för att hantera fråga "X".

Akuta ärenden och kriser - Informera om vilka kontaktvägar till dig som gäller vid kris. Berätta löpande under vilka tider du inte kommer att vara nåbar och vem som är stand-in. Särskilt vikarier måste informeras om vem de ska vända sig till.

PLANERA LÖNEADMINISTRATION OCH EKONOMI

Håll koll på fakturor - Skapa rutiner för hur fakturor ska betalas och vem som får betala dem. Se också till att de personer som ska ta hand om inkomna fakturor är beredda på att falska sådana kan dyka upp och att de vet hur de ska agera om en bluffaktura trillar in.

Löner och skatter - Planera löneutbetalningar i förväg. Kolla upp vilka datum som gäller för inbetalning av moms, arbetsgivaravgifter och skatter.

DINA EGNA RUTINER

Håll dig flytande - Kanske räcker det att kolla mejlen en gång i veckan, eller passar det bättre en liten stund varje dag? Välj dina tider så du vet när du har semester och när du trots allt är på jobbet mentalt.

Prioritera och förbered återkomsten - Avsluta det du kan och prioritera. Gör en lista på vad du ska ta tag i när du är tillbaka – i en preliminär prioriteringsordning.

Öka din närvaro där dina kunder finns

Du har väl inte missat Kryss Marknadspaketet, ett verktyg för digital marknadsföring som lyfter din verksamhet. Med de automatiserade kampanjutskickerna via e-post som ingår i Marknadspaketet ökar du kännedomen om din verksamhet på din lokala marknad.

Nu är vårt marknadspaket sjösatt och de första kampanjerna har gått ut med e-post och som banners att använda i digitala media. Vi vet att många medlemmar som gått med i Marknadspaketet redan från start fått respons på sina utskick, såväl bokningar som förfrågningar om nya företagsuppdrag. För genom att du syns och utökar din kontaktyta får

du också fler kunder. I nästa nummer av Kroppsterapeuten hoppas vi kunna berätta mer om hur Marknadspaketet fungerat för medlemmarna.

VAD INNEHÅLLER MARKNADSPAKETET?

Marknadspaketet innehåller 12 e-postkampanjer/år. Varje månad föreslås en kampanj men du kan alltid ändra i kampanjen eller välja en av de andra om den passar dig bättre. Kampanjerna kan du också använda på din hemsida, på Facebook, Twitter med mera. Du får också kampanjerna i pdf så att du kan skriva ut dem i pappersform.

MISSA INTE!



Marknadspaketet

Kryss marknadspaket hjälper dig att förenkla din marknadsföring samtidigt som du ökar din närvaro där dina kunder finns.

Läs mer om Marknadspaketet på medlemsnätet, www.kroppsterapeuterna.se där du också kan ladda ner en broschyr med information om Marknadspaketet.

Viscosoft® bänkpapper

- Tillverkad av 100% viskos.
- En ren naturråvara.
- Utan plastinblandning.
- Egen tillverkning i Mölndal.
- Mjuk och behaglig mot huden, högabsorberande.
- Massörernas favorit sedan 1985.



inFibra

papper på nätet

www.infibra.se

031-53 43 70



Nyhet!

**Basic NW bänkpapper
i blått och vitt**

380:- / 300 ark

Momsfritt, BOT-avdrag eller ingetdera?

Läs generalsekreteraren Peter Feldts funderingar om moms och BOT.

Lobbyarbete mot politiker är ett rävspel. Det handlar nästan alltid om rätt timing. Vilka vindar blåser i Sverige, vilka partier sitter vid makten, vilka interna uppgörelser görs upp i maktens korridorer, kommer moms eller BOT vara en bricka i det politiska spelet vid rätt tidpunkt?

Kroppsterapeuterna får stor uppmärksamhet, liksom friskvården som sätts i fokus varje gång vi gör våra besök på Regeringskansliet eller hos andra beslutsfattare.

De lyssnar på våra argument, tar till sig informationen och kommer med goda råd om hur vi kan ta oss vidare på den politiska spelplanen.

För att ge dig en inblick vill vi visa dig vilka möjligheter/konsekvenser som sker i några olika scenarier.

Det är inte så enkelt som man först kan tro och hoppas på. Frågan är; *varför* vill vi ha sänkt moms eller BOT-avdrag? Är det för att sänka kostnaden i ditt företag? Eller för att sänka kostnaden för dina kunder och därigenom ha en chans att få fler?

MOMSEN

1989 blev friskvård avdragsgill. Listan på dessa aktiviteter står på Skatteverkets hemsida och ligger till underlag för vilka aktiviteter företag kan låta personalen använda sitt friskvårdsbidrag. 1996 blev kiropraktorer och naprapater momsbefriade i samband med att de fick sin legitimation. På Skatteverkets hemsida under skattefria förmåner står det

följande: "Massage – syftet med massagebehandlingar ska vara att lindra spänning i muskulaturen till exempel på grund av ensidigt eller tungt arbete, till exempel bindvävsmassage, kontorsmassage, kroppsmassage, shiatsumassage. Även massagebehandlingar av enklare slag utförd av naprapater och kiropraktorer ingår."

Vi hävdar i våra samtal med politiker att våra massagebehandlingar är minst lika kompetenta som en kiropraktors eller naprapats och bör av den anledningen också vara momsbefriade.

"Frågan är; varför vill vi ha sänkt moms eller BOT-avdrag? Är det för att sänka kostnaden i ditt företag? Eller för att sänka kostnaden för dina kunder. Vad ger oss på sikt ökad lönsamhet?"

POLITIKERNAS SVAR

I korthet svarar politikerna så här: "Hur moms sätts och tas ut är ett av EU-systemets mest svårgenomträngliga områden. Om ni väljer den strategin behöver

ni utrusta er med stort tålamod och en mycket effektiv lobbyingstrategi. Det absolut svåraste hindret utgörs av EU-systemet. Inom ramen för den inre marknaden regleras och samordnas ländernas indirekta skatter så att dessa inte utgör en begränsning av den fria konkurrensen. Vad man framför allt vill undvika är dolt statsstöd som gynnar länder med konstlat låga momssatser."

Då och då kommer det dock ljusglimtar. Nu i dagarna föreslår Finansdepartementet i en promemoria att moms ska sänkas på "mindre reparationer" av cyklar, skor, lädervaror, kläder med mera. Argumentet som framförs är att det ur hållbarhetssynpunkt är bättre att reparera än att slänga. Med andra ord har miljödebatten lett fram till att det just nu är rätt timing för denna bransch att få igenom sitt förslag.

Om momssatsen ska förändras behöver flera departement och parallella utredningar samarbeta för att vår momsfråga ska kunna utredas och slutligen beslutas. Det blir besvärligt om inte frågan får energi "inifrån" och drivs spontant från ett eller flera politiska partier.

BOT-AVDRAGET

Ett BOT-avdrag skulle innebära att vi får en så kallad skattereduktion i likhet med ROT- och RUT-avdraget. Avdraget gäller enbart arbetskostnaden och har fram till 31 dec 2015 varit 50 % av kostnaden men minskade vid årsskiftet till 30 %. Skattereduktionen kan maximalt uppgå till 50 000 kronor per individ.

Enkelt uttryckt skulle man kunna säga att när kunden kommer till kliniken betalar kunden 70 % av beloppet och Skatteverket betalar resterande 30 % av ditt arvode.

HUR ADMINISTRERAS ROT OCH RUT?

Vi frågade Gustav Wiel-Berggren på Almega, som har lång erfarenhet av RUT-avdraget, om det är mycket administration? Så här berättar han.

”Leverantören fakturerar kunden summan av den avdragsgilla tjänstens kostnad. Vanligtvis utförd rut-tjänst (avdragsgill) + transport/förbrukningsmaterial/kostnad för utrustning

(ej avdragsgilla). Den andra halvan av den avdragsgilla tjänsten redovisas till Skatteverket en gång i månaden genom att en fil laddas upp till Skatteverkets system. Det går numera endast att redovisa detta digitalt.

Denna fil fås enklast fram genom att använda ett ekonomisystem som är anpassat för branschen, Visma eller dylikt. Dessa ekonomisystem tar både fram faktura och genererar filen som ska laddas upp till Skatteverket. Det går även att fylla i manuellt i ett elektroniskt formulär för varje kund. Processen är extremt enkel och efter att det infördes har vi inte haft några klagomål överhuvudtaget.”

POLITIKERNAS KOMMENTARER

TILL BOT

Politikerna svarar – sammanfattat – så här: ”Svensk sjukvård har stora utmaningar. Friskvårdsbidraget slår snett och FaR har inte fått det genomslaget det förtjänar. Det är helt klart intressant med en avdragsmodell i likhet med ROT och RUT”. En annan politiker säger: ”Vi behöver inga fler avdrag i Sverige”.

En så kallad avdragsmodell kräver en ”säck med pengar”. Den så kallade kömiljarden är ett exempel på att det går att vika större belopp för specifika ändamål inom hälsa och sjukvård. Det är i teorin möjligt att vika ett större belopp för ett BOT-avdrag.

Några räkneexempel

Här ser du några räkneexempel på vilka konsekvenser man får av sänkt moms respektive ett BOT-avdrag beräknat på en friskvårdare som tar 600 kr per timme och jobbar 120 tim i månaden (30 tim/vecka). Kostnaden är uppskattad till 15 000 kr/mån. Ändra gärna på siffrorna för att de ska stämma mer överens med din egen verksamhet.

Moms

Exempel 1.

25 % MOMS SOM VI HAR IDAG:

Intäkter

Pris per behandling: 600:- (480 + 120 moms)

Intäkter: 480:- x 120 st behandlingar/mån = 57 600:-

Moms: 120:- x 120 st behandlingar/mån = 14 400

Kostnader

(div kostnader för din verksamhet)

15 000 + 3 750 moms

Moms att betala in till Skatteverket:

14 400 - 3 750 = 10 650

Resultat 57 600 - 15 000 = 42 600

(vilket ger en lön på ca 21 300:-)

Exempel 2.

0 % MOMS SÄNKT PRIS TILL KUND:

Om du väljer att låta kunden betala 480 kr innebär det att du ger dig själv en lönesänkning. Detta beror på att du inte får dra av den ingående momsen om du inte har någon utgående moms. Den blir istället en kostnad för företaget. För att få ut samma lön som i exempel 1 behöver du ta 511 kr.

Intäkter

Pris per behandling: 511:-

Intäkter: 511:- x 120 st behandlingar/mån = 61 320:-

Kostnader

(div kostnader för din verksamhet)

15 000 + 3 750 moms = 18 750

Resultat 61 320 - 18 750 = 42 570

(vilket ger en lön på ca 21 285:-)

Exempel 3.

0 % MOMS INGEN SÄNKNING AV PRIS TILL KUND:

Även här gäller att den ingående momsen blir en kostnad.

Intäkter

Pris per behandling: 600:-

Intäkter: 600:- x 120 st behandlingar/mån = 72 000:-

Kostnader

(div kostnader för din verksamhet)

15 000 + 3 750 moms = 18 750

Resultat 72 000 - 18 750 = 53 250

(vilket ger en lön på ca 26 625:-)

FORTSÄTTNING

BOT

Exempel 1.

BOT AVDRAG (25 % MOMS)

Intäkter

Pris per behandling: 600,-

Pris per behandling som Skatteverket står för: 180,-

Din intäkt per behandling: 600,- (480 + 120 moms)

Kostnader

(div kostnader för din verksamhet)

15 000 + 3 750 moms

Moms att betala: 14 400 - 3 750 = 10 650

Resultat 57 600 - 15 000 = 42 600 (vilket ger en lön på ca 21 300,-)

Exempel 2.

BOT AVDRAG MED ETT PRIS OM 700 KR PER TIMME

Intäkter

Pris per behandling: 490,-

(700,- - 30% BOT avdrag)

Kostnader

(div kostnader för din verksamhet)

15 000 + 3 750 moms

Moms att betala: 16 800 - 3 750 = 13 050

Resultat 67 200 - 15 000 = 52 200

(vilket ger en lön på ca 26 100,-)

KOMMENTAR TILL BERÄKNINGARNA

Om momsen försvinner och du väljer att inte sänka kundens pris (alltså behålla pengarna själv) så får du inte behålla hela summan då den ingående momsen blir en kostnad. I våra exempel är den kostnaden cirka 4,5 %. Den intjänade summan blir då 15,5 %.

TVÅ SLUTSATSER

1. Om man inte vill höja priset och är fullbokad så är sänkt moms ett sätt att öka intäkterna i företaget.
2. Med BOT-avdraget kan du höja priset och ändå blir det billigare för kunden.

Det är sannolikt så att man tycker olika mycket om sänkt moms eller BOT-avdraget, beroende på vilken situation man befinner sig i med sitt företagande. Ens egna värderingar är säkert också med i bilden. Plus- och minus listan här bredvid kan man själv fylla på. Oavsett vilket är dessa frågor inte på något sätt avgjord. Vi fortsätter mot vårt mål att skapa bättre förutsättningar för friskvården i Sverige.

FÖR- OCH NACKDELAR MED SÄNKT MOMS

+

Lägre pris för kunden.

Sänker man inte priset när momsen försvinner tjänar man mellanskillnaden (se beräkning).

Ökat fokus på friskvård vid införandet.

Momsfrågan skulle kunna sålla bort oseriösa aktörer genom tuffare regelverk.

-

Oförändrad intäkt.

Badwill hos kunderna om priserna inte sänks.

Kostnaderna ökar då man ej får dra av den ingående momsen.

Kan bli en "långbänk" hos politikerna, farhågan är att det kan ta lång tid att få igenom sänkt moms.

FÖR- OCH NACKDELAR MED ETT BOT-AVDRAG

+

Det blir billigare för våra kunder att nyttja våra tjänster.

Attraherar en större kundkrets.

Ökat, regelbundet fokus på friskvård i media.

Ökad medvetenhet om vikten av egenvård.

BOT skulle sålla bort oseriösa aktörer genom tuffare regelverk.

Friskvårdsbranschen skulle enas under samma avdrag.

-

30 % av intäkten kommer i slutet av månaden.

Kan bli något ökad administration.

MOMS (MERVÄRDESKATT)

Vid momspliktig verksamhet är man skyldig att redovisa ut- och ingående moms.

Utgående moms är mervärdesskatten på dina behandlingar och den försäljning du har.

Ingående moms är mervärdesskatten på de inköp som ditt företag gör. Dessa poster matchas mot varandra och mellanskillnaden redovisas till Skatteverket.

Utgående moms - (minus) ingående moms = moms att betala till Skatteverket.

Norges Rosenterapeuters årsmöte

Ulf Lindgren är vice ordförande i Kry och rosenterapeut. Här skriver han om Norges Rosenterapeuters möte i Oslo.

2016, 12 april i Oslo

Norska förbundet har 160 medlemmar, och på mötet var det ca 20 personer. Jag hade blivit inbjuden att prata om våra erfarenheter av att gå ifrån att vara ett litet förbund, till att gå upp i en större organisation. De var mycket intresserade av de möjligheter som har öppnats för rosenterapeuterna i Sverige efter sammanslagningen, marknadsföring, mässor, exponering via apoteken, marknadsföringspaketet med mera. I Norge är de lyckligt lottade för att deras behandlingar inte är belastade med

moms. Intresse finns att titta närmare på Kry och se om ett närmare samarbete kan vara möjligt.

Jag berättade även om våra erfarenheter av att arbeta med vår internationella organisation Rosen Institutet (RI). Jag och den tidigare Rosenstyrelsen har brottats med RI under 12 år, vi har olika syn på demokrati och transparens och RI är till dags dato toppstyrt. Slutsatsen är att nätverksgrupp Rosen inte ansluter sig till RI, och vi förordar våra medlemmar att inte gå med i RI.

Efter genomgången så började vi titta

på hur vi skulle kunna göra något gemensamt i framtiden med kurser och föredrag och liknande. Vi har mycket gemensamt, inte minst Axelsons, som utbildar rosenterapeuter både i Sverige och Norge. Jag lät frågan gå runt och fick många bra idéer. Vi fastnade för att vi tillsammans ska anordna en Rosenfestival i trakterna av gränsen mellan Norge och Sverige. Fyra medlemmar i Norge var villiga att tillsammans med 3-4 personer i Sverige börja dra upp riktlinjer för en sådan festival. Så fort vi fått ihop personer i Sverige så ska gruppen ha sitt första skype-möte i augusti 2016. Vi skissade på att det kan bli realistiskt med en festival under sommaren 2017.

Appresan fortsätter

Vi fortsätter att kolla in intressanta appar. Denna gång är det Mammamage, Mindfulness och Florence som vi kikat närmare på.

MAMMAMAGE



Det här är en app för gravida eller nyblivna mammor. I den kan man läsa om vad en mammamage är för något, få

tips och tricks kring träning, lära sig mer om träningen i appen samt följa bloggare och hitta utvalda produkter i webbshopen. Katarina Woxnerud är grundare av MammaMage-konceptet. Hon har också instiftat Mamatummy Day. Katarina hade själv svårt att återfå kontrollen över magen efter sina två graviditeter.

MINDFULNESS APPEN



Med denna app ska man kunna minska stressfaktorn. Det är en hälsoapp som finns i tio olika länder och har mer än

900 000 användare. Den ska vara ett perfekt verktyg för alla som vill bli mer närvarande i sitt liv. Genom appen kan man bli guidad av en röst eller meditera i tystnad med klockor som ringer vid olika intervaller.

FLORENCE



Detta är en app för den som behöver hjälp med att hålla reda på sina mediciner. Appen Florence har tagits fram inom projektet

Dagens patient. I projektet har man utforskat flera olika spår inom digital hälsa och patientengagemang. En del av detta har varit att ta fram en app för att hantera mediciner.

I appen kan du ställa in påminnelser om mediciner som du tar ofta – och sådana som du tar bara någon gång ibland. Du kan också föra anteckningar i samband med att du tar din medicin, logga ditt humör med mera.

I år satsar vi för första gången på en egen podd. Program nummer tre kommer ut nu i juni. De första två kan du fortfarande ladda ner.

LYSSNA PÅ KRYPODDEN!

Krypodden är Kroppsterapeuternas nya podcast om hälsa och friskvård ur ett vardagsperspektiv.

– I podden intervjuas olika experter inom intressanta och alltid lika aktuella ämnen som stress, träning, socker, diabetes och vardagsmotion, säger Peter Feldt, generalsekreterare på Kry.

Frilansjournalisten Anita Gullberg är den som ställer frågorna till de noggrant utvalda experterna. Ämnena väljs ut utifrån en bredare lyssnargrupp som mål. Och de ska vara aktuella i dagens debatt. I årets första program är det Jonas Bergqvist, PT och fysioterapeut, som pratar om träning. Hans budskap går ut på att det aldrig är för sent att börja träna, och han tipsar också om hur man får till regelbunden träning, tacklar svackor i motivationen samt skapar ett bra träningsupplägg.

PODD OM SOCKER

Det andra programmet, som kom ut i maj, handlar om socker. I den är det Bitten Jonsson, addiktionsspecialist – framför allt inriktad på sockerberoende – som intervjuas om vad vi ska göra för att lyckas minska vårt sockerintag. Henne kunde du för övrigt läsa mer om i Kroppsterapeuten nr 4/ 2014.

Varje avsnitt är ca 30 minuter långt och podden sprids i olika forum. Tanken är också att Kry med-

lemmar ska kunna lägga upp den på sina egna hemsidor och sprida den till sina kunder och i sina nätverk i olika sociala medier. Krypodden har även en egen facebook-sida.

– Här ska man kunna få tips och råd, säger Anita Gullberg som själv gärna lyssnar på poddar när hon åker kollektivt till och från jobb.

– Poddar är en ny kanal att nå ut genom, fortsätter hon. Självt gillar jag att få höra experter uttala saker med sina egna ord.

INTRESSANTA EXPERTER

Varje gång en ny expert ska intervjuas så åker Anita ut och träffar dem, med bandspelaren redo.

– De experter som jag hittills träffat har varit fantastiskt bra, säger hon.

Nu i juni kommer årets tredje program ut. Det kommer att handla antingen om stress eller om

vardagsmotion. I skrivande stund är det ännu inte bestämt.

– Jag hoppas förstås att många går in och lyssnar. När vårt första program kom ut så fick vi 300 nedladdningar den första tiden direkt efter.

KRYPODDEN

Podden finns för lyssning och nedladdning på <http://krypodden.libsyn.com/> och på iTunes.

Krypodden finns också på Facebook och Kry's hemsida.



Journalisten Anita Gullberg intervjuar olika experter i Kry's podd.



Jonas Bergqvist, PT och fysioterapeut, pratar om träning i Kry's första podd.

Kom och träffa oss
och lyssna på vår föreläsning
på Hud & Kosmetik-mässan
i Kista den 8-9 sep,
monter D:18



Se till ditt yttre

Ta hand om ditt inre. De flesta hudbesvär börjar inte på utsidan. Intradermium är ett kosttillskott med omsorgsfullt utvalda vitaminer, mineraler och växtämnen som hjälper dig bibehålla en normal hud – inifrån och ut.

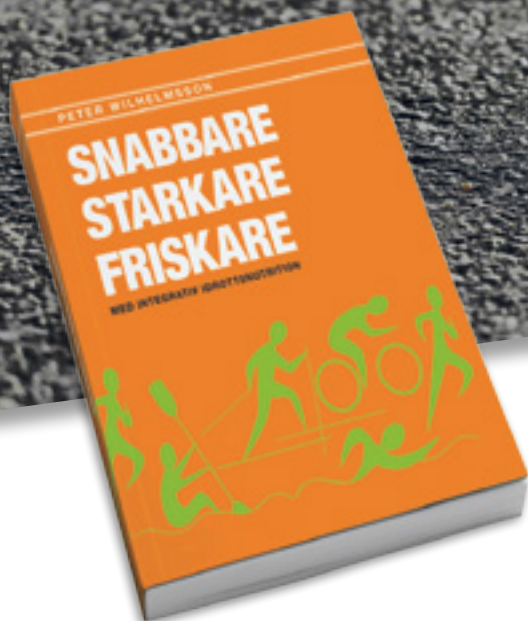
En originalprodukt från

 **Metagenics**


alpha-plus.se

NÄRING FÖR LIVSKRAFT

Alpha Plus är ett kunskapsdrivet företag som integrerar forskning inom funktions-, närings-, livsstils- och skolmedicin för att utveckla skräddarsydda hälsokoncept och kvalitetsprodukter. Vi förmedlar kunskap och inspirerar till en friskare livsstil – allt för att du ska få precis den näring du behöver!



Såld på konditionsträning?

Integrera näring i din träning. Nu finns ett nytt uppslagsverk med det senaste inom kost, kosttillskott, skadeprevention och skaderehabilitering. Ta del av 100-tals praktiska tips, inspiration och redskap för att förbättra din hälsa och prestation – oavsett träningsnivå.


alpha-plus.se

**Köp boken på mightysport.se
och få 20 % rabatt*** (ord. pris 289 kr) * Gäller till 2016-06-23

MAGDALENA BIBIK

Titel: Relationsterapeut, coach & utbildar i Självledarskap

Ålder: 37

Yrke/arbetsplats: Fd Personlig Tränare, numera föreläsare. Egenföretagare, www.magdalenabibik.com/

Bostad: Farsta utanför Stockholm

Familj: Maken Janne Westerlund. Familj och släkt i Sverige, Finland, Polen och Kanada.

Kuriosa: Nominerad till Årets PT 2012 och 2015. Konferencier på träningsevenemang. Delar arbetstiden mellan Sverige och Irland.

Har du inget RIKTIGT jobb?

Du jobbar med kroppen, för kroppen. Du brinner verkligen för det du gör. Du har valt ditt yrke för att du vill hjälpa och göra skillnad. För att det är något därute som behöver fixas, ställas tillrätta. Ditt jobb blir ditt kall och du skulle inte kunna tänka dig att arbeta med något annat. Ändå så händer det då och då att människor ser ner på ditt yrke. Jag fick frågan en gång:

”Är du PT? Men har du inget RIKTIGT jobb?”

I själva verket är det just du som ser till att någon kan leva ett bättre liv. Du blir en av de viktigaste personerna i dennes liv. Dina bokningar går före allt annat och om du inte fanns, så skulle hen inte må lika bra. Jag hoppas att dina klienter/patienter säger det till dig varje gång, men om de glömmer så säger jag nu: du är livsviktig! På riktigt!

Vad är det då med våra branscher som gör att de inte alltid får den status som de förtjänar utanför behandlingsrummet?

Dilemmat med vårayrken är att en stor andel av utövarna har dem som extraknäck, eller ett övergångsjobb på väg mot något annat. Det jobbet som du lägger ner hela ditt hjärta i kan någon göra lite halvdant, speciellt om dennes RIKTIGA jobb är inom en annan industri. Det är för ofta då som jobbet inte har den kvaliteten som det borde ha, eller så är villkoren så dåliga att det inte känns lönt att göra sitt allra bästa.

I ett samhälle där det är missarna vi minns är det just den dåliga kvaliteten som syns i mediabusen och det är du och alla andra som dagligen slår knut på

sig själva som får betala priset när ”alla” inom ett visst yrke betar sig opassande.

Jag valde att avsluta ett medlemskap på ett gym efter att ha läst en tidningsartikel om en incident där en PT-klient ska ha blivit sexuellt ofredad av en tränare. Som en fd PT och någon som är mån om att driva yrket framåt var detta mitt sätt att visa att nu räcker det. Jag vet att ingen professionell PT, massör, kinesiolog mm hade betett sig på det sättet och inte ska bära skulden för en kollegas brist på omdöme. Men så länge vi inte slutar blunda för denna ”extraknäck-mentalitet” så kommer vi råka ut för fler incidenter i våra behandlingsrum. Och så länge vi själva tycker att det inte är ett RIKTIGT och LIVSVIKTIGT jobb att hoppa in och ta en massagekund en gång i veckan, så kanske vi bör byta bransch. Annars är vi inga bra förebilder för yrken som gör världen till en bättre plats.

Förresten, när jag fick min opassande fråga så hade jag precis tränat en stamkund med ett medfött hjärtfel som hade bytt ut sitt hjärta två gånger.

” Du är livsviktig! På riktigt!

TCM Products Norden AB

supporting your professional clinic

TCM Products Norden AB
supporting your professional clinic

TCM Terapeutiska klangskålar

Dessa terapeutiska klangskålar har utveckats speciellt för ljud massage och har använts i detta syfte i över 20 år. Den samlade praktiska erfarenheten samt de många kvalitetskontrollerna i produktionen ger den höga kvalitén hos skålarna. De består av 12 olika metaller och produceras traditionellt i Himalaya. Skålarna kännetecknas av en mycket långsam frekvens som är speciellt lämpad för att skapa ett tillstånd av avslappning. Skålarna skapar ett tydligt unikt harmoniskt ljud och en rad rena övertoner. Den långsamma frekvensen kvarstår ända tills ljudet bleknar bort.



- Frigör stagnerad qi kraftfullt
- Öppnar det fria flödet av qi / xue / jinye
- Optimerar zhangfu's funktion
- Förankrar och lugnar shen



Tel. +46-8-55086409 order@tcmproductsnorden.se www.tcmproductsnorden.se

Britsunderlägg

Alla priser angivna exklusive mervärdesskatt och frakt

FRAKTFRITT

vid 15 rullar eller 5 kartonger helkroppssark
eller 3 kartonger halvkroppssark

"Supermjukt" för kundens skull



RULLAR

Bredd 60 cm, längd 195 m	160 kr
Bredd 50 cm, längd 195 m	155 kr
Bredd 40 cm, längd 195 m	150 kr

RULLAR - FÖRPERFORERADE

Bredd 60 cm, längd 195 m	190 kr
Bredd 50 cm, längd 195 m	185 kr

HELKROPPSARK - 300 st

Bredd 60 cm, längd 195 cm	500 kr
Bredd 50 cm, längd 195 cm	470 kr

HALVKROPPSARK - 600 st

Bredd 60 cm, längd 98 cm	575 kr
Bredd 50 cm, längd 98 cm	550 kr

HUVUDSTÖDSARK

100 st, storlek 40x40 cm	80 kr
--------------------------	-------

www.tcmproductsnorden.se

Tel. +46-8-55086409 order@tcmproductsnorden.se

**INSPIRATIONSELG
2016**



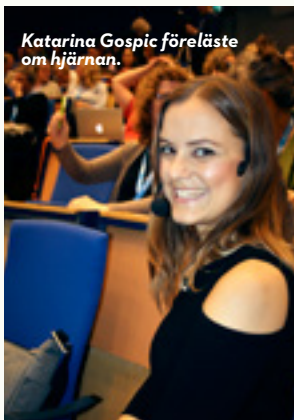
Adrian Bergstens seminarium handlade om nacken.



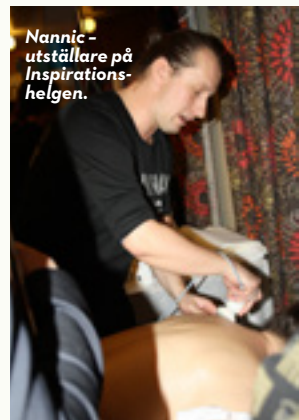
Fredrik Mattsson, Uppsala.



Festlig middagsunderhållning.



Katarina Gospic föreläste om hjärnan.



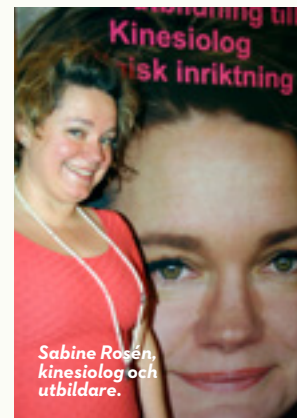
Nannic - utställare på Inspirationshelgen.



Medema - Utställare på Inspirationshelgen.



Krys nya styrelse samt generalsekreterare Peter Feldt.



Sabine Rosén, kinesiolog och utbildare.



Johanna Landin ledde rosentrapeuternas seminarium.

Årets Inspirationshelg i hamn

Årets Inspirationshelg lockade 130 medlemmar till Bosön i Stockholm.

Det är en trött, men nöjd Peter Feldt som pustar ut precis efter avslutad Inspirationshelg. Omkring 130 personer slöt upp den 16-17 april på Bosön i Stockholm.

– Jag tror faktiskt att detta kan ha varit vår bästa inspirationshelg hittills, säger han. Inspirationshelgen är ett bra tillfälle att träffa många kollegor i förbundet. Vi

har haft föreläsare av högsta kvalitet med aktuella ämnen och branschspecifika föreläsare. Målet är att alla ska få sitt lystmäte tillfredsställt till kraftigt subventionerad kostnad.

Inspirationshelgen är också det tillfället på året då styrelsen är samlad, årsmöte hålls och alla minglar med alla.

Att Hans Axelson var på plats och pre-

senterade Kerstin Uvnäs Moberg som Kry's nya hedersmedlem, var mycket uppskattat bland deltagarna.

– De kommentarerna jag har hört är att Bosön funkade väldigt bra. Fin atmosfär, bra anläggning för våra behov, bra mat – tja, inga klagomål alls.

En värdig Årets medlem

Knut Thorstensson är årets medlem i Kry. Han är massageterapeut sedan 1995 och anställd på företagshälsovården i Hässleholm.

– Jag älskar mitt jobb och mötet med människor. Och att hjälpa människor att inte ha ont.

Han har varit medlem i Kry sedan starten 2001 och suttit med både i styrelsen och i etiska rådet.

Knut brinner för frågor som just etik och moral.

– Detta är ett servicejobb och det är viktigt att alltid, i alla sammanhang, respektera kunden.

I juryns motivering till valet av Årets medlem står bland annat:

”Knut är ett strålande exempel på hur en engagerad människa kan åstadkomma utveckling och tillväxt i en organisation. Utan stora gester har han



Knut Thorstensson är massageterapeut och har suttit både i styrelsen för Kry och i etiska rådet. Han är Årets medlem.

på ett utomordentligt sätt skapat förutsättningar för styrelse och ledning att fungera på bästa sätt.”

Vid 19-års ålder förlorade Knut synen helt efter en bilolycka.

– Men jag har bildminnet kvar att falla tillbaka på. Jag känner till dimensioner, till exempel hur stor en fotbollsplan är. Och jag har vetat vad frihet är, att kunna cykla, att slippa planera. Men jag har lärt mig leva med att inte kunna se och jag är nöjd med livet idag. Jag hade kunnat vara förlamad.

Han berättar också att han har fått lära sig att använda hjärnan ultimata.

– Jag har ett väldigt bra minne, jag måste alltid vara steget före. Jag blir nog aldrig dement, säger han och skrattar.

Som massör tycker han att hans stora styrka är att han är väldigt bra på att lyssna på kunderna.

Professor Uvnäs Moberg ny hedersmedlem i Kry

Kerstin Uvnäs Moberg har under många år studerat oxytocinets effekter. Vi kan stolt meddela att hon är vår nya hedersmedlem.

Krys styrelse har utsett professor Kerstin Uvnäs Moberg till ny hedersmedlem i förbundet. Hon har under många år studerat oxytocinets effekter och utfört en mängd kliniska studier kring oxytocinets och beröringens effekter. Hon har också skrivit flera böcker i ämnet.

Kerstin Uvnäs Mobergs forskningsinsatser inom oxytocin har varit av stor betydelse för att sprida kunskapen om vikten av beröring för att skapa välbefinnade och lugn.

– Vi är mycket glada och stolta över att Kerstin Uvnäs Moberg blir hedersmedlem i Kroppsterapeuterna. Resultaten av Kerstins forskning skänker ytterligare legitimitet till vår verksamhet, säger Krys generalsekreterare Peter Feldt.

Kerstin Uvnäs Moberg mottog utmärkelsen under Inspirationshelgen på Bosön i april. I samband med detta höll hon även en mycket uppskattad föreläsning.

Hur känns det att få utmärkelsen?

– Mycket roligt!

Vad har forskningen på oxytocin betytt i stort?

– Den har visat att oxytocin inte bara är ett hormon utan också en neurotransmittor och en substans som bildas i många olika vävnader. Att det är en viktig samordnare av lugn och ro-systemet och en mycket viktig stimulator av social interaktion.



KERSTIN UVNÄS MOBERG

Titel/Forskning: Leg läkare, professor

Aktuell: Nyligen utnämnd till hedersmedlem i Kry

Familj: 4 barn och 6 barnbarn

Bostadsort: Djursholm

Fritidssysselsättning: Skriva, resa och vara med familj och vänner.

Kuriosa om Kerstin: Duktig på att laga mat och kan namnen på alla blommor.

Har det påverkat dig som person?

– Fascinerande att upptäcka att intuitionen via forskningen lett rätt.

Vad tror du blir nästa stora upptäckt?

– De antiinflammatoriska och läkande effekterna kommer att vara i fokus.

Ur motiveringen:

”Kerstin Uvnäs Moberg har gått sin egen väg under sin karriär. Hennes forskning på kroppens anti-stress-system har bevisat det som tusentals terapeuter runt om i hela världen redan vet - att beröring gör skillnad. Det finns en medicinsk förklaring till att vårt arbete påverkar kroppens läkningsprocesser.

I en tid då vi lever med hög arbetsbelastning, i en allt mer stressig tillvaro och i ett accelererande informationssamhälle är Kerstins forskning av största betydelse för oss som verkar inom kroppsterapi och kroppsvård.

Kerstin Uvnäs Moberg är en av vår branschs största ambassadörer och hon är en stor förebild för många medlemmar i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund.”

Inspirationshelgsmingel på Bosön

Vi fångade några medlemmar i minglet på Inspirationshelgen för att höra hur de upplevde helgen.

MADELAINE CLASON LAXMI, YOGAMASSÖR OCH LÄRARE, NYKÖPING



Det är första gången jag är här. Jag har varit medlem i drygt ett år. Det känns fint att vara del i en gemenskap och få ett nytt nätverk. Jag går också hit för att få inspiration.

Sabine Rosén, som är kinesiolog, tycker jag var helt otrolig. Hon relaterar till vad jag själv gör. Hennes upplägg tilltalar mig. Hon jobbar med komplementärmedicin fullt ut, hon går till roten och ser till hela människan. Den grundläggande problematiken måste lösas först. Och hon har ett bra sätt att förklara på. Helgen har varit helt fantastisk!

BJÖRN WINBERG, MASSAGETERAPEUT/EGEN FÖRETAGARE, STENUNGSUND

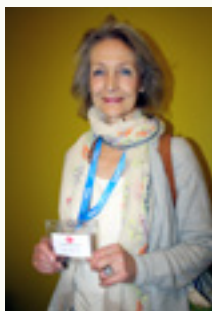


Jag är med för första gången. Det är bara två år sedan jag blev klar med min utbildning. Jag tyckte föreläsningen om hjärnan var mycket intressant, vad som

triggar beteenden. Jag tänker själv i samma banor. Annars är jag här mest för att jag är nyfiken på möjligheten att utveckla mig själv.

Jag tyckte också att Leif E Anderssons föreläsning på söndagen var väldigt intressant. Det var en nyttig påminnelse om vad man ska ta tag i gällande sina egna och sina kunders beteende.

LISEN WIJKMAN, ROSENLÄRARE OCH TERAPEUT/ EGEN FÖRETAGARE, STOCKHOLM



Det är andra gången jag är med. Jag tycker det är härligt när någon pratar så praktiskt om någonting, i det här fallet om hjärnan, som Katarina Gospic gjorde.

Jag vill gärna

engagera mig själv lite mer. Nu har jag också fått se hur professionellt Kryskansli sköter sitt arbete på förbundet.

Johanna Landin tog upp viktiga saker på seminariet om Rosenmetoden. Det handlade om marknadsföring och att ta oss ur vår bekvämlighet för att Rosenmetoden ska få ny fart. Det gjorde hon bra. Hon satte igång mitt tänk.

ELLINOR NILSSON, MASSAGETERAPEUT OCH AKUPUNKTÖR, EGENFÖRETAGARE, MALMÖ



Det har varit en intensiv helg. Jag var både utställare, deltagare och DJ under lördagskvällens festligheter.

Men det var så himla roligt, som alltid. Vi

var många där och det var en härlig stämning. Det känns som att vi blir fler för varje år. Jag gillade den röda tråden hela helgen, med hjärnan i fokus. I kombination av att det blir som en stor härlig personalfest. De flesta är ju som jag, egenföretagare.

Sedan var det ju fantastiskt att vara på Bosön. Jag gillade det, det var ett bra ställe att vara på.

Jag tyckte också om att vi fått tillbaka det här med valbara workshops, det har vi inte haft på några år.

Efter denna Inspirationshelg åker jag hem alldeles boostad med energi och glädje! Och det är tack vare alla dessa härliga kollegor som ses alldeles för sällan.

SUZANNE MOQUIST, MASSAGETERAPEUT/EGEN FÖRETAGARE, KUNGSÅNGEN STOCKHOLM



Jag tycker det har varit intressanta föreläsare. Katarina Gospics föreläsning inte minst - den handlade om hur hjärnan fungerar och hur man eventuellt kan styra tänkandet.

Hon pratade lite fort bara.

Jag är också här för att jag gärna vill veta mer kring vad förbundet gör. Jag har varit med några gånger tidigare på Inspirationshelgen, och ibland är det intressanta erbjudanden på utställningen.

Future Health Consultant

Det här är en sammanfattning av det viktigaste jag kommit fram till, säger Boris Aranovich som har jobbat med alternativ medicin i snart 40 år.

STEG 1. *Become younger everyday*: Tio webinar, seminarier via internet. Få dina celler att föryngra sig och lyft din egen hälsa.

STEG 2. *Future Health Consultant*: Använd kunskapen professionellt och sprid den vidare. Påbyggnadskurs, tre dagar med Boris. Efter godkänd utbildning diplomerar du som Future Health Consultant.



Övriga kurser, fortbildningar

Akupressur Steg 1: Start 9 sep (Sthlm). Start 14 sep (kursgård Eskilstuna)

Anatomi online Repetitionskurs, distans (inom 6 mån från anmälningdatum)

Basmedicin Grundkurs 3+4 dgr, start 21 okt, (Sthlm)

Bindvävsmassage Grundkurs 5 dgr, 22-26 okt. Forts.kurs 6 dgr 24-29 sep (Sthlm)

HPB – Hälsoprofilbedömning Kurs 2x2 dgr, start 22 okt

Rosenmetoden Intro.kurs Sthlm 20-21 aug. Intro.kurs Gbg 15-16 okt

Koppning Grundkurs Sthlm 12-13 nov. Grundkurs Gbg 19-20 nov

Lymfmassage Grundkurs 20-23 okt



www.axelsons.se Vx 08-54 54 59 00

MASSÖRENS BÄSTA VÄN MLS LASER

BOKA BESÖK & DEMO

LEASING

1 257 kr/mån 5år
1 924 kr/mån 3år
10% restvärde
+ moms alla priser

Vid köp **66 000 kr** + moms

info@optilaser.se
0650-18609



LASERKURS

ÄNGELHOLM
PHYSIOCHRAFT
Fredag 30:e sept

STOCKHOLM
ARTRO CLINIC
Fredag 25:e nov

FÖR MER INFO
se vår hemsida
www.optilaser.se

NY TEKNIK!

- MLS TVÅ VÅGLÄNGDER I SAMMA PROB
- FÖRINSTÄLLDA PROGRAM FÖR OLIKA DIAGNOSER
- UPPLADNINGSBAR
- 2 ÅRS GARANTI
- LLLT 3B LASER

OPTILASER.SE

Fullsatt årsmöte under Inspirationshelgen

I samband med Inspirationshelgen hölls som vanligt även Kry's årsmöte. Mia Josjö valdes om som ordförande på ett år. Ulf Lindgren fortsätter som vice ordförande och Marie Sjökvist blir ordinarie ledamot i styrelsen. Sist men inte minst avtackades vår högt uppskattade ledamot, Inga-Lill Lindqvist.

För tredje året i rad gör Kry ett positivt resultat och förbundet går riktigt bra.

Inga-Lill Lindqvist avtackades efter fem år i styrelsen. Ordförande Mia Josjö höll ett fint tal för henne efter årsmötet, som Inga-Lill för övrigt var ordförande för.

– Jag är ekonom och rektor i botten, och det är en bra kombination, säger Inga-Lill som svar på frågan om vad hon gjort tidigare.

– Jag arbetade mycket i Sunne där jag byggde upp en skola som heter Broby Grafiska. Där slutade jag 2011, i samband med att jag valdes in i styrelsen för Kroppsterapeuternas Yrkesförbund.

Tidigare har hon även suttit i styrelsen för BSM - Branschrådet svensk massage –

och hon sitter alltså i styrelsen för Fryksdalens Sparbank. Numera har Inga-Lill även företag inom fastighetsbranschen.

Men hur kom du i kontakt med Kry?

– Jag såg till att Broby Grafiska ordnade utbildningar för spa-branschen. Spa-branschen behövde utbildad arbetskraft, studenterna fick praktik och även anställning efter examen i de företag de praktiserat på.

– Vi bildade en förening som hette Branschföreningen Spa & Hälsa, som idag är affärsnätverket i Kry, fortsätter hon.

Vad tar du med dig från tiden i styrelsen för Kry?

– Det är en kompetent grupp som

stöttar och alltid ser framåt och med ett stort fokus på medlemsnytta. Vi har diskuterat vad det kommer för nyheter som vi kan ge våra medlemmar, vilken kompetens de behöver i nästa steg, hur vi kan hjälpa till med det administrativa, marknadsföring, sälj och så vidare. Och förstås även BOT-avdraget.

Även fast Inga-Lill avtackades på årsmötet på Bosön så kommer hon att fortsätta inom Kry.

– Jag kommer att sitta med i ekonomigruppen tillsammans med Peter Feldt och Eva Kosman från kansliet även fortsättningsvis.



Inga-Lill Lindqvist, avtackad efter fem år i styrelsen.

Väx som människa Väx som terapeut

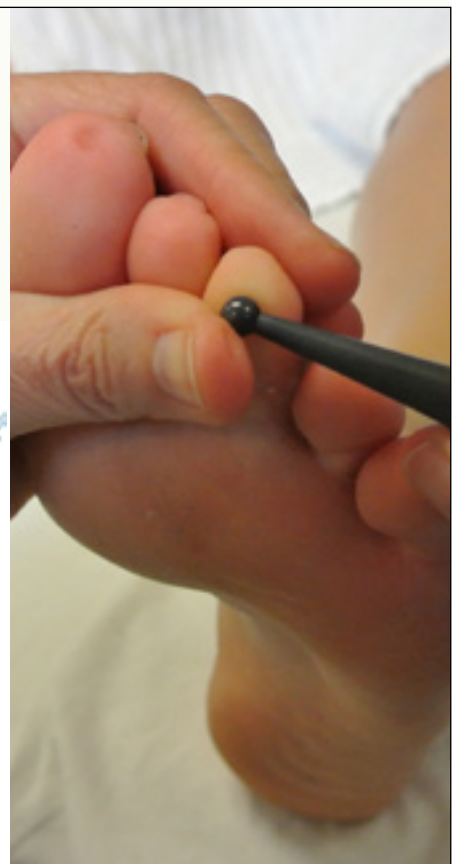
Vill du kunna förstå och hjälpa andra?
Vill du själv bli starkare, friare, friskare?
Vill du gå en gedigen yrkesutbildning?

**Yrkesutbildning
i Kairon Reflexologi**
Kursstart vår och höst
i Stockholm och Göteborg



Intresserad? Du kan alltid besöka vår fina websida,
eller ring Marianne Olsson, 0709-660233. Välkommen!

www.kairon.se



Sveriges första zonterapeut:

”Zonterapi är gympa för hela kroppen”

Hon fyllde 80 år den 23 maj i år, och kallas för Sveriges första zonterapeut.

– Jag har alltid älskat mitt jobb! säger Majlis Hagenmalm som idag bor i Skärholmen i Stockholm.

– Jag led av svår migrän sedan åttaårs åldern, så svår att jag kräktes flera dagar i veckan, berättar hon. En dag såg jag en annons i Aftonbladet om zonterapi i Danmark och då sökte jag hjälp där.

Det var i början av 70-talet.

Mötet kom att förändra hennes liv. Inte bara blev hon av med migränen, utan dessutom utbildade hon sig själv så småningom till zonterapeut för att i sin tur kunna hjälpa andra. Senare utbildade hon sig även i homeopati och akupunktur. Servitrisyrket som hon tidigare sysslat



Majlis Hagenmalm,
Sveriges första
zonterapeut.

med, lämnade hon bakom sig. Men behovet av, och intresset för, att serva människor höll i sig.

Det var dock inte helt enkelt att på 70-talet utöva zonterapi i Sverige.

Att folk skulle bli friska av att man tryckte dem under fötterna lät märkligt i många öron.

– Min pappa sa: ”Det är ju att lura folk på pengar.” Det var många som inte trodde att jag var riktigt klok, så ibland när folk frågade vad jag arbetade med så sa jag att jag städade på Åhléns. Men även om jag fått mycket prygel så skulle jag aldrig lägga mig för det!

Men hon var lite sparsam med att ta betalt initialt.

– Jag sa: ”Tycker ni att det är värt något så kan ni lägga pengar i skrinet.” Senare tog jag 50 kronor i timmen, även det var egentligen för lite pengar.

RYKTET SPRED SIG

Med tiden spred ryktet sig om hennes framgångsrika behandlingar. Och mederna hjälpte henne genom att tidigt uppmärksamma hennes arbete. Bland annat berättade de om en man hon behandlat som haft migrän i 36 år och som hade planerat att skjuta sig innan han kom i kontakt med Majlis och fick hjälp.

Majlis arbetar med den danska metoden inom zonterapi. Det innebär att arbeta utan olja och att trycka med pinnar.

– Min man gjorde pinnar av trä från Gotland. Ibland trycker vi med dem och ibland med tummarna. Varje organ i kroppen har sin punkt under foten.

– Det var liksom sista halmstrået att komma till mig, fortsätter hon när hon tänker tillbaka på de tidiga åren som zonterapeut. Det var nästan bara kvinnor och äldre. En gång kom det en man och jag sa: ”Det var ju roligt, varför kommer du till mig?” Han svarade att det var kärringen som tyckte det, och jag sa att det var ju en riktigt bra kärring du har.

FANTASTISK METOD

Hon tycker själv att zonterapi är en helt fantastisk metod som hjälper mot bland annat migrän, förstoppning, IBS, allergier, urinvägsbesvär, trötthetssyndrom, bihålebesvär, spänningar i käke



ALTERNATIV LÄKEKONST

Zonterapi Majlis sköteb

Hon är zonterapins mamma i Sverige. Majlis Hagenmalm betraktades med stor skepsis för 25 år sedan. Nu när metoden är etablerad, vill hon övertyga sjukhusen.

AV EVA JANSSON FOTO SUSANNA ASKLOF

Majlis Hagenmalms öppnade dörren för zonterapi i Sverige. Året var 1970 och zonterapi var lika mystiskt och okänt som cyberspace är för det stora flertalet i dag. Men till skillnad från datortekniken, där öppenheten är total och utvecklingen rekordsnabb, har den alternativa medicinen alltid mötts av skepsis och misstro. Det gäller även någorlunda senliga traditioner som zonterapi och akupunktur.

Skeptiska föräldrar
– Min pappa ifrågasatte starkt vad jag höll på med och mamma bara skakade på huvudet, berättar Majlis om hur de närmaste reagerade för hennes yrkesval för 25 år sedan.

– Ibland orkade jag inte

förklara för folk vad jag arbetade med utan sa att jag städade på ett varuhus, fortsätter hon och skrattar vid minnet.

Majlis har arbetat i en ”lägsam uppflösbucke” som hon uttrycker det själv och i dag är hon ett aktat namn inom alternativmedicinen – och hennes pappas motvilja har förbytts i stolthet.

Hennes bok Zonterapi och örtnsmedicin har sålt i 35 000 exemplar under 10 år och den uttryckta upplagan Zonterapi med 20 nya punkter hämnade på säljtoppen när den kom ut med en försäljning på 3 000 exemplar på två månader.

Nu nöjer sig inte Majlis med att vara pionjären som gjorde zonterapi känd i Sverige. Hennes nästa mål är att metoden ska komma in på svenska sjukhus.

svenska alternativvården.

– För något månat har fått en utställning konstaterat. – Det zonterapi rad äkoden inte exempelvis problem som smärta

Fri frisk
Det var som gjorde kommittén. Efter långt validering blev så bad att

och nacke och ryggbesvär. Resultaten är också bra vad gäller barnlöshet, mensproblem och klimakteriebesvär.

– Zonterapi är gympa för hela kroppen, säger Majlis med eftertryck.

Själv orkar hon inte arbeta längre, men två av hennes fyra barn går i hennes fotspår och tidigare har hon arbetat mycket tillsammans med dem.

Majlis kommer från en släkt med många "inkännande" människor, som hon uttrycker det.

– Min mormor var mycket inne på örter och allt det där. Hon sa ofta till oss att vi skulle gå ut i trädgården och lukta på malörten för att den höll oss friska. Hon var en riktig trollkärning. Jag tänkte

på det när förra årets Nobelpristagare i medicin tillkännagavs. Han fick det för ett läkemedel mot malaria som baseras på en växt som är en släkting till vår egen malört.

– Och jag tror även på astrologi, fortsätter hon. Jag fick tidigt höra att jag skulle skriva böcker. Det stämde.

SKREV FYRA BÖCKER

Efter att ha hållit ett föredrag för många år sedan kom en kvinna ur publiken fram och föreslog att hon skulle skriva en bok om zonterapi. Hon kom från ICA-förlaget.

– Hon ville skriva kontrakt på onsdagen, men jag sa: "Sakta i backarna, jag

måste tänka över det hela."

Sedan skrev de kontrakt. På onsdagen.

Det blev två böcker på 80-talet om zonterapi och två på 90-talet om homeopati.

– Jag skrev dem för hand och det har varit ett så roligt arbete! Senare översattes de till både norska, danska och finska. Speciellt norrmännen var väldigt öppna för mitt arbete.

Trots sina fyllda 80 år känner hon sig i bra trim.

– Jag gör zonterapi på mina egna fötter, jag är fortfarande rörlig och kan ta upp min fot i knät. Jag är så tacksam för att jag mår så bra och jag har ett fantastiskt minne, det brukar mina barn alltid säga till mig.



ONST
är
barn

5 år
också

sjukhus som ett al-
till den traditionella
farande är zonterapi
on tar till sig allt
misslyckats och det
allmänt negativt in-
hos läkarkåren,
var hon.
är synd, eftersom
bi kan hjälpa mot en
ormer som sjukvår-
alltid klarar av, till
migrän och rygg-
Vi borde kunna
ta i stället.

Med ett fast grepp trycker Majlis Hagerman med små bestämda, roterande rörelser på patientens fötter.

Hon har fått klämma i nackvind för att göra zonterapi känd som en seriös behandlingsform. Majlis Hagerman fick först inte ens annonsera i tidningen om sin metagning.



Så grå är jag nu också

mark och lära sig zonterapi. Majlis har haft sin verksamhet förlagd till olika lokaler i sitt bostadsområde i Vårby utanför Stockholm, men hon hade svårt att få kunder den första tiden. Hon fick nämligen inte in sitt företag i telefonkatalogen och Dagens Nyheter vägrade att ta in hennes annonser det första året.

Man trodde att zonterapi var täckmantel för en helt annan sorts kroppsbehandling. Även hyresvärdin var misstänksam.

– Han smög utanför fönstret för att se vad jag höll på med, skrattar Majlis.

Patienter från Gotland

Hon gav inte upp. Hon annonserade där det gick, bland annat i sin hemsyglös tidning på Gotland. En äldre man som lidit av migrän ånå sedan sulttjänsten och ätit "hinkvis" med tabletter såg hennes annons. Majlis var hans sista hopp. Hjälpte inte detta skulle han åka hem och skjuta sig! Efter den sjunde behandlingen blev han frisk. Han stegade då upp till Saxens veckotidning och berättade om sitt tillfrisknande.

Det blev värdpaskten för Majlis, som blev nedringd av människor från hela Sverige, från Haparanda i norr till

Lund i söder. Köerna till hennes praktik växte och som längst var väntetiden hela två år!

I sin bok tar Majlis upp sjukdomsbesvär från A till Ö. Hon har behandlat allergier och eksem, barnlöshet och PMS-besvär, gäststen och leverstörningar, dålig syn och hörsel, depression och anorexi. För att bura råenna ett axplock.

– Det enda kravet jag har är att klienten ska vara utredt av läkare och ha fått en diagnos, säger hon. Zonterapi är en mycket kraftfull metod och den sätter alltid i gång någon form av process i kroppen.

– Jag förtvånas ännu i dag över att någon som blivit av en svår sjukdom kan bli frisk av zonterapi och tack vare mina händer, säger hon ödmjukt.

Kost och avspänning

Nu är inte zonterapi hela sanningen bakom de resultat som Majlis uppnått. Hon har en helhetssyn som innefattar även kost, motion och avspänning. Majlis har också givit kurs i homeopati och naturlära och kan ordinera medel som ska förstärka effekten.

Det är pionjärerna som för utvecklingen framåt. Pionjären Majlis Hagerman tog hem zonterapi till Sverige.

Hon kommer inte att ge sig förrän den blir accepterad som en fullvärdig behandlingsmetod på svenska sjukhus.

Fortsättning på nästa upplaga s-

Saxat ur
tidningen
Sköna dagar
nummer
8 i augusti
1995.

Redaktören inpå livet

Kry-expert denna gång är Kroppsterapeutens egen redaktör Kajsa Jacobsson.

Berätta om ditt yrke:

Jag har ett PR- och kommunikationsbolag som heter ZIP Kommunikation. Där arbetar jag med olika kommunikationsuppdrag, det handlar till exempel om texter, strategier och föreläsningar/moderering.

Vad har du för koppling till Kry?

Sedan några år tillbaka har jag förmånen att vara redaktör för denna tidning. Ett jättekul och inspirerande uppdrag, speciellt som jag själv är mycket intresserad av träning, hälsa och sjukvård. Under tio år av mitt yrkesliv, före jag startade eget, så har jag bland annat arbetat som kommunikatör och pressansvarig för lands-

tinget och sett mycket av hälso- och sjukvården i främst Skåne där jag bor.

Vad är roligast att skriva om i just Kroppsterapeuten?

Oj, det är så många olika saker. Men som jag skrivit några gånger i min Redaktörsruta på sidan 2 så blir jag ofta väldigt gripen av de historier som jag får höra när jag gör intervjuer, och de människor jag möter. Då kan jag gå och tänka länge, länge på det efteråt. Och någon gång har jag haft turen att få prova på en behandling en liten stund i samband med att jag gjort en intervju med en terapeut. Förutom att det är lyxigt i stunden så ger det mig ett bättre underlag när jag skriver

KAJSA JACOBSSON
Familj: Sambo, tre barn och en golden retriever.
Bor: I Höllviken i södra Skåne.
Yrke: PR- och kommunikationskonsult i det egna företaget ZIP Kommunikation Öresund. Ett av mina uppdrag är som redaktör för Kroppsterapeuten.
Högsta dröm just nu: Jag borde säkert svara fred på jorden eller något sådant, men jag kör på ego-trippen och säger minst två semesterresor varje år med min familj.
Det här visste du inte om Kajsa: Är även utbildad coach. Har brunt bälte i karate. Äter helst inte kött.

utifrån mina egna upplevelser. Det är också fantastiskt roligt och lärorikt att få vara med på den årliga Inspirationshelgen. I år var vi på Bosön och fick bland annat lyssna på hjärnforskaren Katarina Gospic.

Om du har någon önskan vad gäller tidningen, vad skulle det vara?

Jag skulle önska att alla ni läsare hörde av er ännu mer till mig och mina kollegor på kansliet kring vad ni vill läsa om, och även om andra funderingar ni har, till exempel kring innehållet. Ni når mig på kajsa@zipkommunikation.se. Ni är förstås även välkomna att höra av er om ni vill ha hjälp med kommunikation i era egna bolag eller där ni är anställda.

Vad gör du på fritiden?

Jag springer och kör styrketräning. Jag önskar jag kunde skriva att jag går på yoga, vilket jag har gjort tidigare. Jag vill gärna ta upp det igen! Sedan älskar jag att gå längs med stranden med vår goldenhane, vi har många fina sandstränder här nere i sydvästra Skåne. I övrigt är jag fotbollsmamma, två av mina tre barn spelar mycket fotboll – med betoning på mycket.

Jag är dessutom ideellt engagerad i en lokal fotbollsklubb där jag bland annat arbetar för att vi ska kunna ta emot flyktingbarn i träning. Vi har nu tolv killar i regelbunden träning.



Succé i kraftstationen

Ulrika Almgren var en av de många massörer landet runt som engagerade sig i Massagens Dag den 12 maj. Läs om hennes upplevelse av dagen.

”När tre glada Kry-medlemmar, två massörer och en kinesiolog hjälptes åt att anordna Massagens Dag den 12 maj, blev det köbildning med många glada skratt.

Det fina vädret gjorde att vi gav prova på-behandlingar i massage utomhus och kinesiologen gav prova-på-behandling inomhus i det vackra Älvrummet. Vi hyrde in oss i Gamla Kraftstationen i Deje (Värmland) där det nu är kulturcentrum med tavlor, tyger, teater, musik, glaskonst, café och flera spännande utställningar.

Några av besökarna hade fått tips av vänner om dagens begivenhet och kom långväga ifrån för en dag med kultur för alla sinnen. Vi terapeuter var mycket nöjda med dagen.”



Från vänster Annelie Jensen, Ulrika Almgren, och Joy under Massagens Dag i Deje.

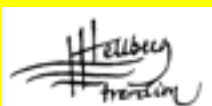
Hos oss får du en personlig utbildning i

Zonterapi & naturmed

Start Stockholm 27 oktober 2016

Läs mer på vår hemsida www.teamhellbergzonterapi.com eller ring oss på 070-942 62 24

Lena & Henrik



ORTOPEDMEDICINSKA INSTITUTET

AVANCERAD MANUELL TERAPI (AMT)

- Ortopedmedicinsk diagnostik och behandling
- Ledmobilisering
- Differentialdiagnostik
- Avancerad mjukdelsteknik

ORTOPEDMEDICINSKA.SE

Välkommen till Akupunkturhuset

YP Dynamisk Akupunktur

Jag hjälper dig att bli symptomfri genom att hitta orsaken till dina hälsoproblem.

Vidareutbildning för kroppsterapeuter

I januari 2017 startar en individanpassad vidareutbildning för kroppsterapeuter.

Läs mer på hemsidan.

www.ypakupunktur.se
info@ypakupunktur.se
 0370-120 75



YP Akupunktur och
 Naturbehandling AB
 Yiping Zhou Thelander

Tävla

och vinn fina priser!

Fyll i formuläret på medlemsnätet senast den 25 september för att vara med i utlottningen.

Body Scrub och Body Lotion

Föllinge Produkter har tillverkat ekologisk hudvård nära naturen i Jämtland sedan 1985. Nu har du chansen att vinna ett värkit!

Ge huden en härlig vårstädning med deras Body Scrub och Body Lotion. Body Scruben avlägsnar döda hudceller och lämnar huden ren, mjuk och smidig. Peelingämnet är från olivkärnor. Body Lotion säkerställer att huden behåller sin fukt- och fettbarriär, och efterlämnar huden både sammetslen och väldoftande.

Föllinge produkter är ekologiskt certifierade via NATRUE, och tillverkade i fabriken i Jämtland.

www.natureofsweden.se

Vi lottar ut tre kit



Vinnare nr 1/2016

Bok Leken som berör av Pauline Hegner:

Liselotte Gustavsson, FALKÖPING

Presentkort Combined:

Emma Gustafsson, STOCKHOLM

Varmvattenflaska Aroma Creative:

Birgitta Lundberg, SÖDERKÖPING, Marie Mi Norin, VÄXJÖ, Ewa Karlström, EVERÖD

Ekologiska massageoljor Medema:

Marit Larsson, SILJANSNÄS, Katarina Rahm, LULEÅ, Sigrid Wängestam, LINKÖPING

Ekologisk svensktillverkad Massage & Body Oil från Nea Of Sweden.

Massage & Body Oil som tillverkas under varumärket, BMV Bra Människo Val®

100% NATURLIG 100% EKO och vegan-vänlig.

I massageoljan används endast ekologiska, vegetabiliska och kallpressade oljor av högsta kvalitet.

De har kvar vitaminer och doftämnen, och kan ha olika färg och doft beroende på var och när de skördats och pressats. Vid massage kan eventuellt överflöd av oljan torkas bort med en bit papper då ljusa kläder kan missfärgas eftersom oljorna är gulbruna. Massage- och kroppsoljorna används med fördel även som dusch, badolja och även till håroljepackningar, med andra ord kan de användas över hela kroppen.

www.neaofsweden.se/massageoljor-oljor

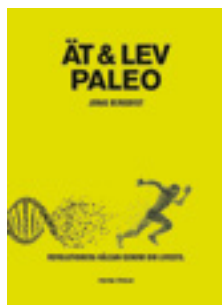


Vi lottar ut en flaska

Ät och Lev Paleo

Vi lottar ut en bok

Jonas Bergqvist öppnar ögonen för hur du kan förbättra din hälsa genom att äta och leva efter hur vi som människor är genetiskt anpassade till mat, rörelse och psykosocial miljö. Ät och Lev Paleo ger insikt, inspiration och förståelse bortom dagens löpsedlar och quick fix-lösningar. Med målade beskrivningar och praktiska tips presenteras det vetenskapliga på ett lättillgängligt sätt; allt från enkla steg till mer avancerade upplägg. Starten till ett nytt och sundare liv finns här, men i slutändan är det du som läsare som avgör hur mycket du vill revolutionera din hälsa.



Starten till ett nytt och sundare liv finns här, men i slutändan är det du som läsare som avgör hur mycket du vill revolutionera din hälsa.

www.jonasbergqvist.se

PainEze™

Muskelspänningar är den vanligaste orsaken till värk och ömhet i kroppen. Det beror ofta på begränsningar i blodcirkulationen och syredistribution till muskler och vävnader, något som leder till att vi ackumulerar mjölksyra och andra sura metaboliter, som i sin tur orsakar smärta förknippat med överansträngning eller åldrande. PainEze™ fungerar genom att avge en sfär av magnetiska störningar i området som omedelbart ökar ytspänning i vätska i vävnaden och har en åtstramande verkan på alla levande vävnader. Detta stärkande kan förbättra elasticitet och styrka i blodkärlens väggar, vilket resulterar i ökat blodflöde och mer effektiv distribution av syre till de områden som behöver det mest. Lindringen är omedelbar för de flesta individer.

PainEze™ finns att beställa från Mimass AB

www.mimass.eu



Vi lottar ut en PainEze™

Kroppsterapeuternas affärsnätverk

Alpha-Plus
 Axelsons Gymnastiska Institut
 Axelsons SPA School
 Bemer
 Diplomera
 FootFlex
 Grimslövs Folkhögskola
 Grövelsjöns Fjällstation
 Hagaberg Folkhögskola
 Harmony Shiatsu Center
 Helhethälsa
 Hjälmareds folkhögskola
 Hotell Havsbaden
 Hotell Högland AB
 IKSU Hälsa AB
 Infibra
 Integrativ Zonterapi
 Irradia AB
 Jakobsbergs Folkhögskola
 Kairon Reflexologiskola
 KFI Spa Management AB
 Lillsveds folkhögskola
 Me Anima
 Medema Physio AB
 MIMASS AB
 Molkoms folkhögskola
 Munka folkhögskola
 Nannic
 Nyvana
 Paleo Institute
 Physio Education
 Sabine Rosén Utbildningar
 Salli Systems
 Scandinavian Nonwoven AB
 Scratch Nails AB
 Selma Spa
 Shiatsuakademien
 Skandinaviska Ayurveda- Akademin
 Skola för Beröring
 Spa-Kliniken i Östersund AB
 Spinkarps Gård & Spa
 Stensunds folkhögskola
 Sundsvalls gymnasium
 Svenska Kinesiologi Skolan
 Svenska Shiatsuskolan
 Sverigehälsan
 The Academy
 Trosa Stadshotell & Spa
 Tärna Folkhögskola
 Weleda
 Vuxenutbildning i Skövde
 Väddö folkhögskola
 Yogobe
 Åre Spa School
 Åsa folkhögskola
 Ädelfors folkhögskola
 Örnsköldsviks folkhögskola



Vi tackar alla utställare som medverkade under Inspirationshelgen med årsmöte 2016!



Blivande seniorcoacher drillas på folkhögskola

På Munka Folkhögskola råder febril aktivitet. Just denna dag träffas kursdeltagarna på Seniorcoachutbildningen. I vanliga fall läser de på distans.

– Här får deltagarna kunskaper och färdigheter för att stötta äldre att bibehålla hälsan. Vi ser till det friska åldrandet, säger Susanne Danielsson, lärare på skolan.

I den lilla byn Munka Ljungby öster om Ängelholm i Skåne, ligger den ståtliga folkhögskolan med anor från 1900-talets början. Här studerar 160 kursdeltagare på olika program, förutom de som läser på distanskurser. Dessutom bor 45 kursdeltagare på skolan under studietiden. Skolan har även en filial i Perstorp någon mil bort.

Susanne Danielsson visar oss runt.

Hon undervisar i kost och fysiologi och är ansvarig för distanskurserna. Med hennes hjälp kastar vi oss rakt in i elden. Ned för stentrappor och genom svindlande källargångar öppnar vi en tung dörr längst bort i korridoren. Där inne sjuder det av liv och lust. Rummet är belamrat med olika styrketräningsapparater och läraren Andreas Carlson är i full färd med att instruera deltagarna som läser

till seniorcoacher i styrketräningens ädla konst. Andreas har själv gått utbildning på skolan för ca 20 år sedan. Jag hinner läsa orden ”koncentrisk” och ”excentrisk” på whiteboarden som står mitt i rummet och som Andreas återvänder till med jämna mellanrum. Ett 10-tal kvinnor i åldrarna 25 till 60 år lyssnar uppmärksamt på honom och försöker själva utföra övningarna i par om två.



På seniorcoachutbildningen tränas studenterna i bland annat styrketräning för att sedan kunna lära äldre olika rörelser som ska hjälpa dem i deras vardag.

KURSER PÅ MUNKA FOLKHÖGSKOLA:

- Allmän linje, ett till tre år. Munka Ljungby och Perstorp.
- Konstskolan Munka, ett till två år.
- Fotoskolan Munka, ett år.
- Hälsocoach, ett år.
- Distanskurser på halvtid, en termin: Stresspedagog på höstterminen, Seniorcoach på vårterminen
- 55+, litteratur, historia, kost och gymna för äldre, två dagar i veckan, ett år.

Läs mer på:
www.munkafolkhogskola.se

Ulla Hallqvist är en av de ömsom skrattande, ömsom styrketränande kvinnorna i rummet. Hon är vårdlärare till vardags.

– När jag jobbar med styrketräning och andra övningar så tänker jag alltid på vad denna rörelse och träning kan vara bra för i vardagslivet, säger hon och lyfter en tyngd med rak arm sidledes uppåt.

COACHANDE SAMTAL

I en helt annan del av den stora pampiga huvudbyggnaden får vi ta del av ett coachande samtal mellan fyra andra del-

tagare. Som två flugor på väggen sitter jag och fotografen och lyssnar och iakttar. En av kvinnorna säger att ett samtal lätt kan flyta över i något som mötet inte alls skulle handla om från början. Ibland är det bra, man hamnar kanske i pudelns kärna, men ibland måste man stoppa samtalet om man känner att det glider in på ämnen man inte ska hantera som coach. Man får inte bli den ”snälla”.

Som coach är det viktigt att skapa tillit och göra klart att man är en allierad part och inte en dömande. Det gäller att lyfta personen. Kursdeltagarna är överens om att det krävs träning, träning och åter träning för att bli bra på ett coachande samtal. De utför några rollspel tillsammans och har lite svårt för att hålla koncentrationen. Allvar blandas med skratt.

Ulrika Heindorff är jurist i botten. Idag arbetar hon som politiker i Region Skåne och satsar samtidigt på att efter utbildningens slut starta en egen verksamhet inom kost och träning för seniorer.

– Jag tycker att utbildningen här är jättebra och den funkar bra på distans. Vi har en plattform i First Class där vi bland annat kan diskutera olika frågor som uppstår. Alla våra lärare – Susanne, Andreas och Petra – har gedigna kunskaper inom sina ämnen.

STUDERAR PÅ HALVTID

Kursdeltagarna läser på halvtid under en termin. Under denna tid träffas de även några gånger, så som denna vårsöndag.

– Man lär mycket av varandra, det är ett medvetet val att ta in individer i olika åldrar och med olika bakgrund, kommenterar Susanne Danielsson.



Coachande samtal står också på programmet.

Jessica Svensson är 38 år och undersköterska. Hon har många strängar på sin lyra; till vardags undervisar hon i yoga för gravida och nyblivna mammor. Hon är även taktill massör och så kallad social tjänstehundsförare.

– Jag har med mig min hund Hicko som motivator när jag träffar äldre. Jag märker att många äldre blir mer fysiskt aktiva och mer delaktiga när han är med. Han är välutbildad, lugn och känner alltid av läget, säger hon.

SKAPAR SAMTALSBRÖAR

Hon berättar att Hicko skapar samtalsbroar med de äldre. Många känner sig utvalda när han kommer fram till dem.

– Jag tycker utbildningen är jättebra, säger hon om Seniorcoachutbildningen. Det passar mig bra att den är på distans, samtidigt behövs de träffar vi har. Det känns som att jag får en bra grund att stå på när jag sedan ska möta seniorer i träning och coaching.

Fotnot: Vill du läsa mer om Jessica och hennes pyrenéerhund Hicko (Jouibazhickory dickory dock) så kan du kolla in bloggen www.guardista.com



Susanne Danielsson är lärare på Munka Folkhögskola i Skåne.

Elitidrottarens favorit
För snabb återhämtning efter hög
belastning



MagicPot™



MIMASS

Hörnåkersvägen 6A - 183 65 Täby
08 - 756 77 13 - info@mimass.eu
www.mimass.eu

**Hur blir din sommar?
Neutral, Lugn eller Het?**



Finns en Massageolja för alla ...
Ekologiska Massageoljor som är
bra för dig, mig och vår natur ...

Vi lämnar 20% rabatt till dig som
beställer en av varje, innan den
30 juli 2016.

Glad sommar!



Sport  **apoteket**

www.sportapoteket.se 042-20 26 05

Nätverksträffar ute i landet

Under våren har nätverkande Kry-medlemmar i såväl norr som i söder träffats för att utbyta erfarenheter och umgås med kollegor. Till Östersund kom kroppsterapeuter resande från när och fjärran i länet för några timmars samvaro. I Höör i Skåne samlades rosenterapeuter för en vårträff i inspirationens tecken. Marie Sjökvist och Birgitta Wigert rapporterar från medlemsträffarna.

ÖSTERSUND

I slutet av februari samlades tio stycken kroppsterapeuter från Jämtland för en träff i Östersund. Det var massörer, en zonterapeut, en rosenterapeut och friskvårdsterapeuter som kom från alla håll. En hade åkt ända från Strömsund och en är verksam i Trondheim så det var jättekul att få samlas i all enkelhet. Vi presenterade oss lite kort och berättade var vi jobbade och med vad och sedan pratade vi om kurser vi önskade få hit istället för att vi ska åka på kurs. Vi pratade om att ha fler träffar och möjlighet att samarbeta och ha mer utbyte av varandra. Det kom fram att flera saknar arbetskamrater och



Ett tiotal Krymedlemmar träffades för nätverkande i Östersund i februari.

att man mest står "ensam i sin lokal och behandlar". Därför är sådana här träffar viktiga. Det var också flera som hört av sig och ville vara med men ej kunde komma denna kväll. Vi kommer att ordna fler tillfällen att ses framöver! En kurs är på gång till hösten också.

HÖÖR

Ett antal entusiastiska rosenterapeuter från södra Sverige samlades lördagen den 2 april i Höör för en vårträff under värdskap av Paola Voigt och med stöd av Wolfgang Schulze. Det blev en fantastisk dag fylld av diskussioner och praktiska övningar, då vi kunde fördjupa våra kun-

skaper och erfarenheter av Rosenmetoden och dess varierande djupgående verkningar hos klienterna. Förmiddagen inleddes med ett pass rosenrörelser/easy movements, vilket blev en uppskattad början på en givande dag. Vi deltagare är alla tacksamma för Paola Voigts initiativ till den här träffen, som ju ger oss inspiration och styrka att jobba vidare. Vi har kommit överens om att åter samlas i Höör någon gång i oktober. Då hoppas vi att fler verksamma rosenterapeuter här i söder väljer att delta.



Marie Sjökvist, tvåa från vänster, var initiativtagare till medlemsträffen i Östersund.



Deltagarna i vårträffen i Höör var stående från vänster: Martina Petersson, Margaretha Willhammar, Paola Voigt, Birgitta Wigert och sittande Maria Valentindotter och Wolfgang Schulze, bakom kameran Laila Lilienberg.



975:-
inkl. moms

Deckams AB

*Bänkpapper, massagebänkar,
oljor, stolar, handskar mm.*



1795:-
inkl. moms

0709-708107 www.deckams.se info@deckams.se

Glass är sommar

Glass som tema är ju onekligen somrigt.

- Dessa glassar är dessutom nyttiga, utan tillsatsämnen och raffinerat socker och enkla att göra, säger Mia Hagenmalm, hälsorådgivare och bloggare om mat och hälsa på kurera.se



Limeglassen är faktiskt gjord på gröna ärtor, men smaken går INTE igenom och den är både god och riktigt nyttig. Ät den som ett nyttigt mellanmål eller som efterrätt.

Isad melon är ett lyxigt alternativ till isglass. Läskande och svalkande god en varm sommardag. (OBS! Sukrin melis i receptet är ett alternativ till socker. Det är 100% naturligt och ger ingen blodsockerstigning för den som är diabetiker eller vill undvika socker).

Rabarberglassen innehåller bakepro vilket är ett bakprotein. Bakepro gör att glassen inte blir så isig som annars hemgjord glass kan bli om man inte använder glassmaskin.



ISAD MELON MED BÄR 2 GLAS

1 melon, te x cantaloupe, honung eller galia
2 msk citron, saft av
1 msk citron, rivet skal av
1,5 dl sukrin melis (som florsocker)
1 dl vatten.

Gör så här:

Kärna ur melonen. Skär- gröp ur den och lägg fruktbitarna i mixer tillsammans med citronsajt och skal. Mixa till en jämn smet. Koka upp sukrin melis med vatten och låt sjuda några minuter. Låt svalna. Häll sukrinlagen över melonsmeten och mixa den igen. Häll över i en form och frys ca 2 timmar. Rör om efter en timme. Skeda upp melonen i snygga glas. Om den är för hårt frusen, låt den smälta lite innan du serverar den med bär.

GRÖN RAW LIMEGLASS 2 PORTIONER

2 frysta bananer, skivade, eko
100 g gröna frysta ärtor, eko
1/2 ekologisk lime, saften av
2 krm ekologiskt lakritspulver
1 knippe ekologisk mynta eller 2 droppar eterisk ekologisk pepparmyntolja, kan uteslutas.
eventuellt lite vatten
eventuellt agavesirap

Gör så här:

Lägg alltsammans i en mixer och kör till en slät härligt grön glassmet! Bli den för svår att mixa, ha i lite vatten. Smaka av om du behöver mer sötning.
Toppa med smulor av krossade, frysta hallon.



RABARBERGLASS MED PHILADELPHIAOST

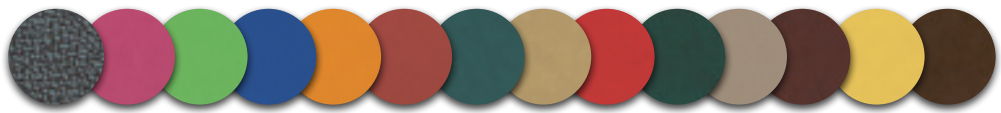
300 g späda rabarber
1/2 dl vatten
1 dl sukrin
1/2 dl sukrin melis
200 g Philadelphiaost
1 tsk ekologiskt vaniljpulver
3 äggulor
3 dl vispgrädde
2 msk bakepro

Gör så här:

Skär rabarberna i tunna skivor och koka tillsammans med vatten och sukrin på svag värme tills det blir en puré. Låt svalna! Vispa grädden i en skål och blanda philadelphiaosten med vaniljpulver, sukrin melis och bakepro i en annan skål. Vänd ner en äggula i taget i ostsmeten. Blanda sist ned grädden och den kalla rabarberpurén. Rör om väl så att allt blandar sig. Frys i form med plastfilm över ca 3-4 timmar. Servera med jordgubbar!

SALLI SADELSTOL
40%
RABATT!

Erbjudande till dig som är medlem i Kry!



Pris: Exklusive moms och frakt. Erbjudandet gäller föregående års stolsmodeller och färger. Så långt lagret räcker, dock senast 31.8.2016. 2 års garanti.



Sitt dig till bättre hälsa!

Tar du hand om dig?

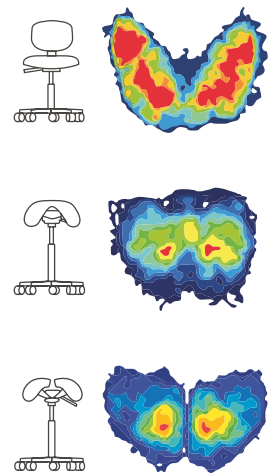
Du tar säkert hand om dina klienter och kunder på bästa sätt, söker bästa möjliga behandling för deras olika problem, tipsar om övningar och litteratur. Men tar du hand om dig själv?

Ökad rörlighet

➔ Enkelt att förflytta sig runt patienten

Två-delad sits

➔ Inget skadligt och obehagligt tryck i bäckenbotten



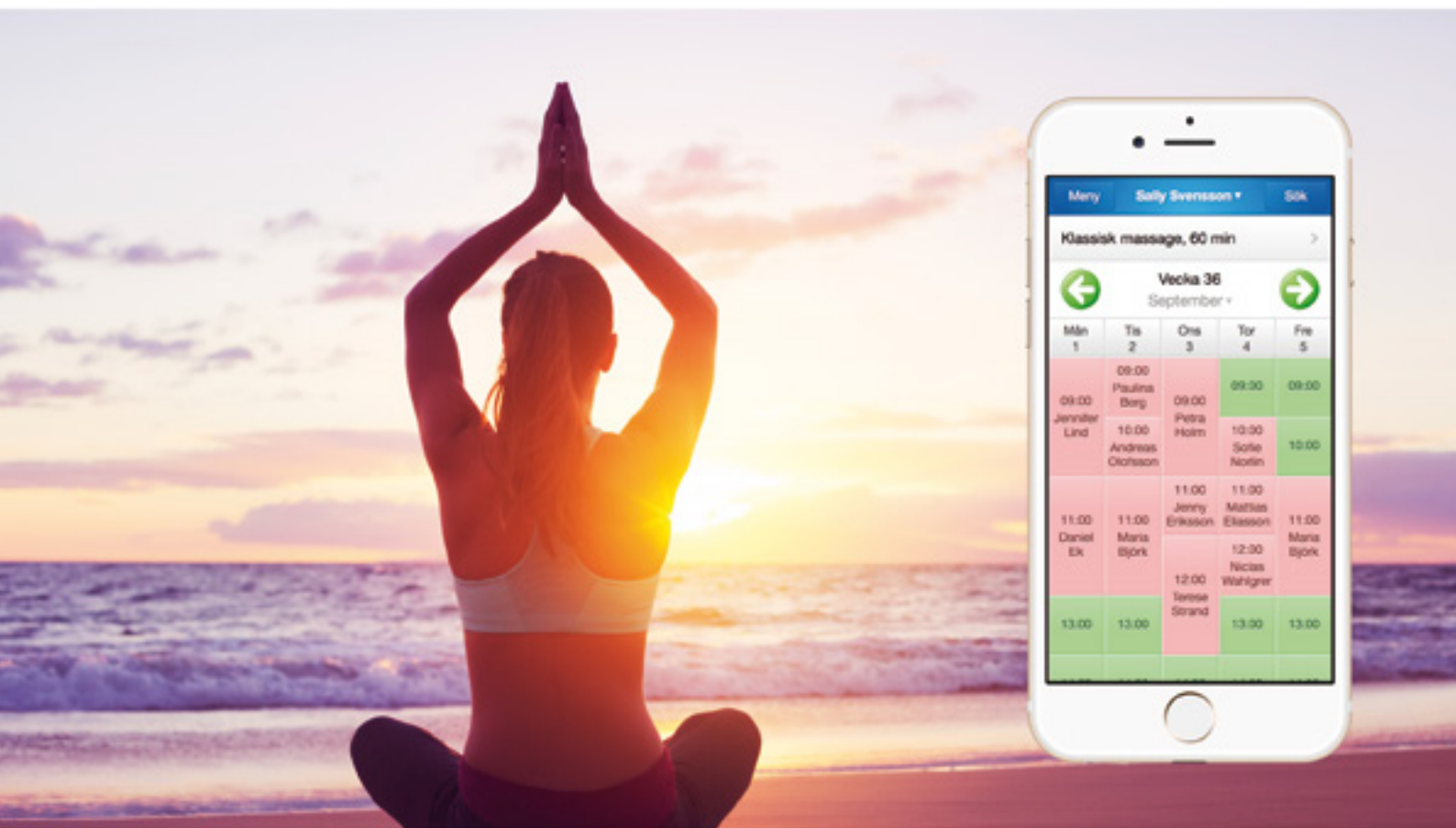
Att sitta på Salli Sadelstol ger ostörd cirkulation, god hållning och ökad rörlighet.



För mer info och order, kontakta info@salli.com. Ange "40% rabatt Kry"



Bokningssystem för Kry-medlemmar utan bindningstid



Få en gratis genomgång av TimeCenter.
Det tar 10 minuter och är helt utan förbindelser.

Ring 042 - 21 24 00

TIME  **CENTER**