

Pressmedelande

Fothälsodagen handlar i år om **TONÅRSFÖTTER**

Den 5 maj är Fothälsodagen

Ägna lite extra omtanke åt dina fötter!

I år är det elfte året som förbundet Sveriges Fotterapeuter utlyser en nationell fothälsodag i början av maj och uppmuntrar på så vis svenska folket att ta lite extra hand om sina fötter. De lokala fotterapeuterna uppmärksammar dagen på olika sätt runt om i landet, många håller till exempel öppet hus och ger kostnadsfri rådgivning kring allmän fothälsa och fotvård. Det kommer att finnas fotterapeuter på en del apotek landet runt för att prata fotproblem med kunderna. Årets tema är Tonårsfötter

Visste du att:

- endast några procent av alla fotproblem är ärftliga.
- när du springer belastar du dina fötter med 3-4 gånger din kroppsvikt.
- en bra sko kännetecknas av tre saker: stabil hälkappa, skon ska böjas där tårna böjer sig (och inte mitt på) och att den är vridstöv.
- fotsvamp uppkommer då foten blir fuktig, i varma skor, strumpor eller då man inte torkar sig mellan tårna efter dusch
- vid hälsprickor finns oftast förhårdnader runt hälen. En fotterapeut tar bort och slipar ner förhårdnaden och ger råd till egenvård för att hälsprickor inte ska uppstå. Behandlingen är smärtfri.
- bästa sättet att undvika hälsprickor är att smörja in huden dagligen och använda bra skor.

Ann Lindström, förbundsordförande

ann.lindstrom@sll.se

Har du frågor eller vill veta mer, kontakta gärna:

Kristina Olsson ansvarig för Fothälsodagen
lna.o@telia.com

Förbundet Sveriges Fotterapeuter är en fri och obunden rikstäckande yrkesorganisation för ca 2 200 professionella fotterapeuter. Medlemmarna arbetar privat eller är anställda inom kommun och landsting. De finns representerade över hela Sverige.
www.fotforbundet.com

Förbundet Sveriges Fotterapeuter är en av 34 medlemmar i det internationella förbundet för fotterapeuter, Fédération Internationale des Podologues, FIP, som 2001 utlyste maj till Världsfothälsomånad. www.fip-ifp.org

Några av våra distriktsordförande/kontaktpersoner:

Blekinge: Madelene Salleke, 070-948 86 04
fotfilen@hotmail.com

Dalarna: Carina Hansols, 070-205 21 35
domnarvetsfotvard@gmail.com

Gotland: AnnMari Randleff, 073-180 49 79
j-e.randleff@telia.com

Gävleborg: Ann-Sofie Eriksson ,
geflefotvard@telia.com

Halland: Catrine Levin, 073-567 24 10
catrine.levin@gmail.com

Jämtland / Västernorrland:
Kristina Haglund, 070-314 00 38
aktivafotter@hotmail.com

Jönköping: Anna-Lena Hultgren
annalena@goafoten.com

Kronoberg/Kalmar: Liselotte Samuelsson, 070-562 85 52

fotlisan@gmail.com

Norrbottn: Gun Norberg, 070-380 60 50
gun.norberg.65@telia.com

Skåne: Ingrid Johansson, 040-44 08 83
Ingrid-johansson206@hotmail.com

Stockholm: Carola Petrini Schriwer, 070-810 62 70
carola.schriwer@home.se

Södermanland: Anna Eriksson
Anna.ludde@telia.com

Uppland: Marie Kjellman, 073-419 68 68
marie@mariekjellman.se

Värmland: Marie-Louise Tillman, 070-570 01 64
lojjsan26@hotmail.com

Västerbotten: Helena Sandström, 070-337 01 50
helenasandstrom1@hotmail.com

Västmanland: Veronica Hallqvist, 021-14 90 76
fotpunkten@hotmail.com

Västra Götaland: Maria Åhs, 0732-771947
mariaahs@hotmail.com

Östergötland: Siv Fätlh Borg
Sivfalthborg59@hotmail.com

Örebro: Madelene Karlsson
Elteruds.karlsson@hotmail.com

Vill du inte ha den här typen av information i framtiden, vänligen vänd tillbaka detta mail.