

SANFY_{RY}

www.sanfy.net

JÄSENTIEDOTE helmi-maaliskuu 2021



Tervetuloa vuosikokoukseen!

**Yhdistyksen vuosikokous pidetään teams- kokouksena
20.3.2021 klo.11.00 linkki kokoukseen tulee lähempänä
ajankohtaa sähköpostilla, joten kenen tahansa on helppo
osallistua ☺**

Laita päivä ylös kalenteriin!

TULEVAT KOULUTUKSET:

HUOM! Koulutus siirtyy 21-23.2.2022!!

The Bad Ragaz Ring Method (BRRM) - Module I allasterapia-koulutus Suomessa.

Aika: 21-23.2.2022, Järvenpään uimahalli (Seutulantie 17 04410 Järvenpää)

Hinta: 470e

Kouluttajat: Urs Camper (Bad Ragaz menetelmän yksi kehittäjistä) Sveitsistä ja Ben Waller Suomesta,

koulutuskieli englantia. Hyvin käytännönläheinen koulutus allasterapiaan, päivittäin pääasiassa kaksi käytännön harjoitteluosiota vedessä. Mukaan mahtuu 16 hlöä.

Lisätiedot: suski.savela@gmail.com



Alla kouluttajan laatima lyhyt kuvaus menetelmästä.

The Bad Ragaz Ring Method (BRRM) is an international used active one-to-one aquatic therapy concept and is commonly considered a core treatment method in the aquatic physical therapists' skills set.

Originally based on proprioceptive neuromuscular facilitation (PNF), the BRRM was developed by physiotherapists in Bad Ragaz Switzerland.

The BRRM uses muscle activation, multi- plane movements and the hydrodynamic properties of water in combination with refined therapist handling to produce the desired therapeutic effect.

The 3D patterns are combined with different techniques such as reversal of antagonists, combinations of isotonic and timing for emphasis to create multiple treatment options to suit a wide range of patient groups.

Originally, the method focused on strengthening and mobilizing through promoting a response in the neuromuscular system through stimulation of the somatosensory system. Recently, the method has been adapted on current understanding of pain neuroscience to modulate pain as well as improve fascia health.

The method is suitable for use in management a wide range of populations including post orthopaedic surgery and injury as well as neurological and musculoskeletal conditions.

This 3-day course will teach the participant the following:

- Principles of PNF and the adaptation to the BRRM.**
- Principles of exercise physiology and can used it in the BRRM**
- The most important patterns of the method**
- How to execute the most important patterns correct**
- How to adapt the techniques to the problems of the patients.**

Pyörätuolin valinta ja käytön ohjaaminen

Aika: 25.5.2021

Paikka: Validia

Hinta: 180e, lounas omakustanteinen

kouluttajat: Tarja Jalovaara sekä Ulla-Maija Rajala.

Sisältö: Istuma-asento pyörätuolissa ja pyörätuolin säädöt. säätöjen vaikutukset. Mitä huomioidaan pyörätuolin valinnassa huomioiden käyttäjä, käyttötarkoitus ja ympäristö. Pyörätuolin varusteet ja niiden vaikutukset. Koulutuksen sisältö tarkentuu vielä lähempänä.

Ilmoittautuminen on auki Eventiossa. www.sanfy.net

Lisätietoja: ftsannahakamaki@gmail.com

PORINAPIIRIT

Porvoon porinapiiri

Yhteyshenkilö: Suski Savela, [suski.savela\(at\)gmail.com](mailto:suski.savela(at)gmail.com)

Keski-Suomen porinapiiri,

Toiminta loppuu vuoden 2021 alussa. Jos olet kiinnostunut jatkamaan Keski-Suomen porinapiiriä, ole yhteydessä sanfy.ry@gmail.com

Kymenlaakson porinapiiri.

Yhteyshenkilö: Tiina Majander: p. 040-7104746, [tiina.majander\(at\)pyhtaa.fi](mailto:tiina.majander(at)pyhtaa.fi)

**Tsemppiä meille kaikille kevään
koronataisteluun!**