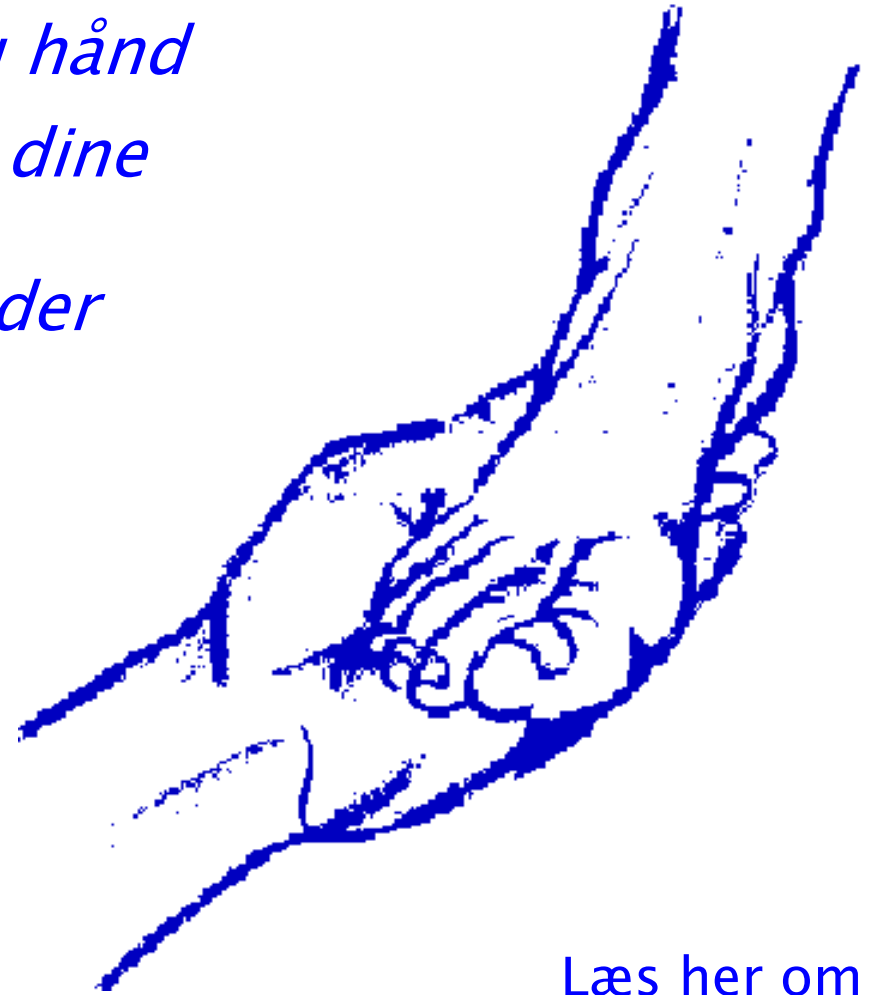


*Tag hånd  
om dine  
fødder*



Læs her om

**Foreningen for Fodsundhed**

– din patientforening

### Foreningen og dens formål

Foreningen for Fodsundhed blev stiftet i 1986 med de formål: at arbejde for forebyggelse af fodproblemer, at forbedre de offentlige tilskud til patienter med behandlingskrævende fodlidelser og at informere om nødvendigheden af motion og helsebevidsthed, således at evnen til motion og selvhjulpthed kan bevares hele livet igennem.

Foreningen for Fodsundhed er talerør overfor politikere og offentlige myndigheder. Jo flere medlemmer vi er, jo større forståelse og jo bedre resultater kan medlemmerne opnå.

Foreningens medlemmer er fodpatienter, fodterapeuter, ortopædiskomagere og sko-leverandører samt andre, der ønsker at støtte foreningens arbejde.

### Fodsundhedens betydning

Fødderne er legemets bærende fundament, og de skal holde til at bære og transportere os af sted hele livet igennem. Velfungerende fødder er af afgørende betydning for den almene sundhed og for at få et godt liv.

Foreningen mener, at samfundets indsats for at give den nødvendige information om betydningen af almen fodsundhed for forebyggelse af fodlidelser er helt utilstrækkelig. Information om, hvordan man bevarer fødder raske og funktionsduelige hele livet, for derved at bevare evnen til at motionere og at klare sig selv uden at være afhængig af andres hjælp er en samfundsopgave, som foreningen arbejder for at skabe forståelse for.

### Foreningen arbejder for

- at forebygge fodlidelser ved øget offentlig information om fodsundhed.
- at støtte forskning vedr. fodens funktion.
- at oplyse og rådgive.
- at varetage medlemmernes interesser over for offentlige myndigheder.
- at arbejde for at lægeligt begrundet fodbehandling bliver gjort tilskudsberettiget i lighed med f.eks. fysioterapi og tandbehandling.

### Yderligere oplysninger

Ønsker du yderligere oplysninger, kan du læse mere om foreningen på dette websteds forskellige sider. Du kan fx stille spørgsmål om fødder eller se tidligere numre af vort medlemsblad, Fodnoter. På den webside, som du nu befinder dig på, kan du rekvirere papireksemplarer af nærværende pjece, fx til uddeling på møder,

### Formand

Ledende fodterapeut **Bent R. Nielsen**, Dianavej 3, 3660 Stenløse  
*E-mail-adr.:* bent.r.nielsen@gmail.com, *Telefon:* 4717 2035

### Sekretær og kasserer

**Mogens Buhelt**, Kabbelejevej 27B, 2700 Brønshøj  
*E-mail-adr.:* mogens@buhelt.dk, *Telefon:* 2462 7776

### Medlemskab

Indmeldelse i foreningen kan ske under menupunktet Bliv medlem af foreningen på dette websted www.fodsundhed.dk, eller ved at indsende kuponen nedenfor (Kuponen findes kun i papirudgaven).

### Årskontingent

Gruppe A	Enkelt person	100 kr.
Gruppe B	Ægtepar / Samboende par	150 kr.
Gruppe C	Klinik / Institution / Forening	300 kr.
Gruppe D	Firma / Virksomhed	500 kr.

---

(I papirudgaven af denne pjece findes her en indmeldeskupon, som kan klippes ud og indsendes til foreningen.)

### **Søren Kierkegaard skrev om det at vandre:**

”Tab for alt ikke lysten til at gaae. Jeg gaaer mig hver dag det daglige Velbefindende til og gaaer fra enhver Sygdom. Jeg har gaaet mig mine bedste Tanker til, og jeg kender ingen Tanke saa tung, at Man ej kan gaae fra den.” Dette er skrevet for 150 år siden, på et tidspunkt hvor der ikke forelå noget videnskabeligt belæg derfor, men hvor denne overordentligt reflekterende mand gjorde sine egne iagttagelser på daglige spadsereture i Frederiksberg Have og på Københavns volde.

I dag ved vi, at en spadseretur, der er så rask, at man oplever varmen i kroppen og får en påskyndet puls gerne tre til fire gange ugentligt, kan forebygge og bedre en række sygdomme indenfor vejrtrækning og kredsløb, muskel- og skeletstyrke, balance og faldtendens, sukkersyge og overvægt, hovedpine og depressioner.

Vores forening kommer ind i billedet gennem vort budskab om, at det hele kun kan lade sig gøre, hvis fødderne er velfungerende og smertefrie, og at man derfor allerede tidligt i sit liv bør vie denne legemsdel en passende opmærksomhed. Kierkegaard har sikkert også ret i, at gang fremmer tanke og samtale, og det er jo også værd at tage med.

Finn Bojsen-Møller

---