



Øyafestivalen 2019 – behandling av artister på Relax Zone

Midt i august og over flere år har vi vært på Øya Relax Zone og gitt rundt 400 behandlinger over fire dager til heldige artister og deres mannskap. Dette er et eksklusivt behandlingstilbud til alle artistene som er innom Øya-festivalen i Tøyenparken Oslo.

Behandlingsteltet er strukturert og organisert utifra våre erfaringer gjennom Global Alternative Healthcare Project (GHAP), lignende arbeid i felten og på kinesiske sykehus. Vi har et mottak for registrering av time, spesielle ønsker eller hensyn. På denne måten kan vi best sørge for rett behandler til rett person. Vi har full oversikt over hverandre i teltet og kan komme med spørsmål og innspill til enhver tid. Vi får samlet bred kompetanse og tverrfaglig samarbeid, og vi får brukt alle behandlernes ulike erfaringer. Dette gir oss muligheten til å være den beste utgaven av oss selv i et team, og tilby de beste behandlingene vi kan i en begrenset behandlingstid.

Undertegnede som gjennom Phoenix Klinikken har ansvaret for Øya Relax Zone setter sammen et team hvert år. De fleste behandlerne er gamle skole- og arbeidskollegaer. Teamet består av seks akupunktører og tre osteopater. Vi har også en betjent resepsjon på grunn av stor pågang, og der har de god oversikt over bookinglistene og sørger for at alle behandlerne har det de trenger.

I tillegg til undertegnede var de andre akupunktørene og Tuina-massørene i år, Joakim Taraldsen, Vivianne H. Cantin, Egil Einstabland, Eivind Traavik Østvang, Camilla Berntsson og Kirsti W. Johansen. Det var veldig populært med Tuina-massasje i kombinasjon med akupunktur og kopping. Det ble så populært at flere behandlerne måtte jobbe på to benker samtidig. Det var fantastisk å kunne ha så mange dyktige behandlerne på ett sted som sammen kunne gi behandling til så mange, og dele teknikker. Det hele ble som en fire-dagers kinesisk medisinsk workshop. Med behandlerne som både har studert og jobbet i både Kina og Norge er det utrolig spennende å utveksle erfaringer og diskutere ulike behandlingalternativ samtidig som en jobber med pasienter.

Osteopatene var Sophie Pfefferkorn, Gyda Steinert og Elsa Ruz Rojas, de hjalp pasientene med både akutte og langvarige skader. De gjorde en fantastisk jobb under den 15 minutters tidsrammen de hadde. Hele læreboken ble brukt for å kunne få artistene klare for å levere på scenen.

Øivind Haugland, Håkon Ingebrigtsen og Ann Jeanette



Engasjerte behandlerne klare for dagens klienter.

Berge styrte resepsjonen. De hadde ansvar for timelister for behandlerne, hjalp til med rydding mellom pasienter ved behov og ellers alt av småting vi trengte i løpet av festivalen.

Som alle andre år under festivalen holder vi åpent hver dag fra 12–20 på backstage-området – det «aller helligste» ved Tøyenparkens utendørsbasseng. Vi jobber i to skift med minimum fire terapeuter samtidig i hvert skift. Behandlingsområdet er i åpne telt, som er «innredet» i en spa-liknende stil slik at artistene skal kunne nyte avslappende behandlinger, eller spesifikk behandling for eventuelle akutte plager som har oppstått. Vi har også ansvaret for behandling hos artistenes innkvartering og turnébusser.

Festivalakutten

Alle artister som har time hos oss får tildelt 15 minutters behandling. Forskjellen fra jobben vi gjør til vanlig i klinikk, som mange finner positivt, er at vi ikke har tid til å tenke for avansert og må finne effektive løsninger. Vi opplever ofte forbauselse over resultatene vi klarer å få med denne innstillingen og med så liten tid til rådighet. Dette er en fantastisk erfaring å ta med seg tilbake til klinikk.

Som behandlere benytter vi klassisk akupunktur, tuina, kinesisk traumemedisin, kopping, IMS, ortopedisk akupunktur, linimenter, guasha, manuelle teknikker og mobilitetsteknikker. Vi behandler stiv og smertefull muskulatur hovedsakelig i skuldre og nakke. Vi behandler akutte rygger, hodepine, artister som er trette fra lite søvn, er urolige og som har hatt lange flyreiser, slitne sangstemmer, carpal tunnel syndrom, tennisalbuer og mye annet. Vi må jobbe litt «trauma» – det vil si akuten på festivalen. Vi møte også opp hos artister og behandlere i artistens buss, telt eller hotell.

Mange av danserne og riggerne som er med i følget til band når de er ute og turnerer kommer også innom oss. De kan komme med gamle «idrettsskader», eller at de vil behandles før de skal ut på scenen og være energiske. Det er en givende jobb da alle er svært takknemlige for behandling.

Vi arbeider som frivillige

Vi jobber gratis, vi jobber hardt og vi jobber frivillig. Det vil si at vi tar oss fri fra egne klinikker, og benytter denne



Travle dager med mange fornøyde kunder.

sjansen til å jobbe sammen med andre dyktige behandlere og utveksler vår kunnskap og erfaring. Alle som får tildelt time på Øya får visittkort med avtalt time, og det er ofte at de tar kontakt i etterkant av festivalen, eller er tidlig inne for å booke time til året etter. Dette gjør vi hovedsakelig for å fremme faget og verktøyet vårt, mer enn for å få masse pasienter i etterkant. Pasienter i etterkant er mer som en ekstra bonus enn en kalkulert markedsføringseffekt, i og med at ca. 200 av disse artistene er norske og de resterende er fra utlandet. I tillegg får vi selvfølgelig mat og muligheten til å se masse konserter. Øya er en ganske attraktiv festival å få spille på for artister, blant annet fordi arrangørene tar ekstremt godt vare på både utenlandske og norske artister – derfor synes vi også det er flott å kunne være med å bidra til dette.

Vi har en gjestebok der artister signerer eller gir oss en liten hilsen. Tilbakemeldinger som vi ofte hører er: «Dette var akkurat det jeg trengte», «lifesaver», og «er dette virkelig gratis», gikk igjen gjennom hele uken. Boken med takknemlige hilsener fra artistene ble en full vegg til slutt.

Vi jobber side om side, kan observere hverandres

teknikker og friske opp i glemte ting. Det hjelper behandlere til å hoppe uti på dypet og finne raskeste vei til smertelindring og bedring. Med så kort tid mellom pasienter er det bare å brette opp skjorten og finne ut hvor problemet oppstår. Vår spesialitet var å «fikse folk». En utrolig styrke er kinesisk traumemedisin som er laget for effektivt å få folk på beina raskt.

«For meg er Øya en sosial happening ved å arbeide side om side med andre kolleger. Sånn blir det gøy å være på jobb. Her plukker jeg opp nye teknikker og måter å jobbe på også. Det er faglig utviklende». Egil, akupunktør/Tui Na.

«Øya Relax Zone er for meg en ekstra morsom, sosial og takknemlig måte å gi behandling på. Artister og crew elsker massasje og akupunktur og gir tydelig uttrykk for at det hjelper dem før eller etter at de har vært på scenen. De får roet ned nervene eller løst opp en stiv «gitarskulder». Jeg hørte fra flere at dette tilbudet ikke fantes på andre festivaler, så dette var de glade for», Eivind, akupunktør/Tui Na.

«Som behandler så jeg en stor forskjell på hvordan klientene tok imot behandling og råd i år sammenliknet med for to år siden. Det er en betydelig større interesse ikke bare for å la oss hjelpe dem med gamle skader og helseproblemer, men også for å forebygge nye. Det er en betydelig større kunnskap om og aksept for akupunktur. Jeg ser en viktig og fin trend i samfunnet som handler om å passe på kroppen for å leve bedre. Det er også en bra energi som oppstår ved å jobbe tett med klienter i gruppe, under begrenset tid. Du får bare tid til ett problem, en fix og ett utfall. Ofte kan de behandlingene bli mer spot on», Camilla, akupunktør/Tui Na.

«Jeg elsker å jobbe med Phoenix Klinikken på Øya fordi de har en egen evne til å skape magi og en avslappet atmosfære. Den tverrfaglige kunnskapen er høy og kollegaene er unike. Jeg skal jobbe der hvert år så lenge jeg får lov og gleder meg allerede til neste år», Sophie, osteopat.

En travel, givende og morsom uke

Som tidligere år er det mange som husker eller har hørt om Relax Zone. Mange brukte oss både før og etter konsert for å kunne holde kroppen ved like etter lange turneer. Vi tilbyr også artistene tradisjonelle kinesiske oljer, urteplaster og Battle Balm, slik at de kan fortsette behandlingen av seg selv etter festivalen og på turne.

Vi har stor nytte av å være gode i massasje og vi blir sterke i nevene. Mange av behandlerne har Tuina-kurs, og mange spør om denne teknikken fordi de ikke har vært borti en slik type massasje før. Vi kaller det ofte en krigsmassasje (får oss til å høres tøffere ut), og forklarer at Tuina-massører har en mye større rolle i Kina enn fysioterapeuter har i Vesten.

Ved festivalslutt var rundt 400 behandlinger gjennomført i løpet av de fire dagene festivalen pågikk. Det er fantastisk å få muligheten til å bli kjent med så mange gode behandlere og ikke minst gode mennesker som er villig til å bruke redskapene sine til å hjelpe så mange mennesker uten å ta betalt for det. Vi gleder oss allerede til neste år. □