

**zct**

ZoneConnection  
Terapeutforening

**zoneconnection**

- terapeutforeningen - årgang 14 - nr. 2 - 2016

ZONECONNECTION APRIL - MAJ 2016

# Zoneterapi indtager verden

**Internationalt temanummer**



Latinsk navn: Dryopteris filix-mas

## Bregne



Alle kender bregnen. Den vokser vildt i skove og haver og helst på nordvendte, skyggefulde steder. Bregner breder sig og danner en smukt bevoksning med sine takkede blade og fine saftige, lysegrønne farver.

Almindelig mangeløv er den mest almindelige bregne i Danmark. Planten er flerårig med en kraftig jordstængel og en tueformet vækst. Bladene sidder tæt sammen ved roden og breder sig ud derfra ligesom en dragt. I Danmark findes seks arter af mangeløv, som alle er almindelige.

Almindelig mangeløv formerer sig og spredes ved sporer, som sidder i små runde sporehuse på undersiden af bladene. Sporene modnes midt på sommeren og spredes med vinden.

Bregnen blev i gamle dage som så mange andre vækster fra naturen benyttet til medicin. Almindelig mangeløv har giftige bladstikler og jordstængler. Planten blev tidligere brugt som medicin mod indvoldsorme, men er så giftig, at det faktisk var farligt at spise den.

Andre bregnearter som venushår og engelsød er ikke giftige. Ørnebregnen er til gengæld ualmindelig giftig, da den indeholder det kræftfremkaldende stof, ptaquilosid. Dyr holder sig fra at spise bregner, da de instinktivt ved, at de kan blive forgiftet.

Ørnebregnen kan kendes ved, at den ved et tværsnit af stængelen har en aftenegning, der minder om en ørn. Var dig mod at få dens saft på huden.

## Indhold:

Leder ... side 3

Internationalt Tema: ... side 4

Nyt fra bestyrelsen ... side 14

Nerverefleksologi ... side 16

Klumme: Den indre vind ... side 18

Kurstilbud ... side 21

## ZONECONNECTION

Zoneconnection Terapeutforenings sekretariat.  
Alle henvendelser vedr. dit fag og arbejde, f.eks. adresseændringer, tilføjelse til kliniklisten m.v.:  
Forretningsfører Anette Hansen  
Sikavej 25, Ejby 4623 Ll. Skensved  
Tlf: 21 49 07 79 mandag kl. 10.30 - 12.30 og torsdag kl. 8 - 10

Email: info@zoneconnection.dk  
Web: www.zct.dk

Alle henvendelser vedr. bladet ZoneConnection, indhold, annoncering, kurser m.v.:  
Redaktør Jakob Rubin  
Mørdrupvej 61  
3060 Espergærde  
mobil: 42 24 04 44  
e-mail: redaktion.zoneconnection@gmail.com

Deadlines:  
BLADDEADLINE:                      UDKOMMER:  
Nr. 3:   11. maj 2016                   1. juni 2016  
Nr. 4:   15. aug 2016                   2. sep 2016  
Nr. 5:   16. sep 2016                   6. okt 2016  
Nr. 6:   7. nov 2016                   28. nov 2016

Oplysninger om kurser eller uddannelser på zonecolleges henvendelse til de enkelte skoler (se informationer under Kurser bagest i bladet).

Layout: Tao Design (tao.dk)  
Tryk: Glumsø Bogtrykkeri.

Akvarel: Niels Lodbjerg

# Og nu skinner solen



Leder

I skrivende stund er det blot et par dage siden ZCT's generalforsamling løb af stablen, en grå og kold dag i Fredericia.

MEN indenfor var der lyst, varmt og en dejlig, anerkendende stemning. For mig og resten af bestyrelsen er generalforsamlingen et af årets højdepunkter. Det er her, vi face to face møder jer terapeuter, jer, det hele drejer sig om. Det er her, vi bliver inspireret til at fortsætte med at arbejde for, at jeres hverdag ude i klinikkerne bliver bedre, nemmere, mere inspirerende, giver bedre indtægtsmuligheder, flere klienter, eller hvad det nu er jeres behov er.

Jeg er glad og stolt og ydmyg over for den tillid, I viser. TAK, fordi I er jer.

I ZCT er anerkendelse et grundlæggende atom i hele vores måde at arbejde på. Dette gælder både i den måde, bestyrelsen arbejder på og træffer beslutninger på, men også i måden, vi som terapeuter opfatter os selv på i vores interaktion med klienterne, der viser os tillid ved at komme i vore klinikker.

Anerkendelse betyder, at vi ser og hører, respekterer og accepterer det enkelte menneske. At vi ikke dømmes om, hvad

vi selv mener er godt eller dårligt, men slet og ret erkender, at andre er til på deres egne betingelser.

I dette nummer af bladet vil jeg specielt glæde mig til at læse om, hvad der sker uden for Danmark. Om vores kollegaer i andre lande og vilkår og betingelser andre steder for zoneterapeuter.

I Danmark har vi en lang tradition med zoneterapi. Vi har i årenes løb opnået en vis anerkendelse og respekt for vores fag, og det forpligter naturligvis. Vi skal fortsat arbejde på at højne kvaliteten af vores uddannelse og kontinuerligt fokusere på vores egen udvikling som terapeuter.

Til sidst vil jeg opfordre jer til at læse NYT FRA BESTYRELSEN, der er gode nyheder.

*Med hjerte, hjerne og hånd  
Et rigtigt, dejligt livsbekræftende  
solskinsforår til alle, Anette*

**Husk!** Du må ikke kopiere fotos eller artikler fra bladet uden tilladelse.

## BESTYRELSEN I ZCT:



**Formand: Anette Hansen**  
Sikavej 25, Ejby, 4623 Lille Skensved  
Tlf. 22 91 02 58  
Email: info@zoneconnection.dk  
Ansvarsområder:  
Bladet, internationalt arbejde, kontakt til andre foreninger, kontakt til myndigheder, RAB-godkendelser, kliniklisten.



**Anne-Mette Duelund**  
Assedrupvej 23, 8300 Odder  
Tlf. 25 31 71 72  
Email: annemitteduelund@gmail.com  
Ansvarsområder:  
Kasserer, bladet.



**Sanne Andersen**  
Hjulumagervej 3,  
9000, Aalborg.  
Tlf. 51 70 29 69  
Email:  
mail@sanneandersen.dk



**Dorthe Lambæk**  
Christoffer den 2. vej 8, 6000 Kolding  
Tlf. 50 57 10 50  
Email: zct@hotmail.dk  
Ansvarsområder:  
Hjemmesiden, bladet, kliniklisten.



**Aase Linnea Pilgaard Christensen**  
Odensevej 17, 5550 Lange-  
skov.  
Tlf. 65 38 35 38  
Email: alcfyn@stofanet.dk



# Zoneterapi indtager verden

Af gode grunde er det klogt for en stund at tage de langsigtede briller på og tænke zoneterapi ind i et globalt perspektiv. Lederne af de to store, internationale forbund af zoneterapeuter opfordrer alle til at bidrage til at bringe zoneterapien det næste skridt frem i udbredelse og anerkendelse.

*Tekst: Jakob Rubin*

Zoneterapi er ikke bare zoneterapi. Over det meste af kloden praktiseres zoneterapi for at hjælpe, støtte og behandle syge og dårlige klienter. Men der er forskelle og nuancer i måden, det sker på.

I disse år udvikler zoneterapi sig på globalt plan, og potentialet for yderligere udvikling og udbredelse synes nærmest uendeligt. Det er der særligt to årsager til. Zoneterapi er en af de billigste behandlingsformer, der findes. Og zoneterapi virker.

## Zoneterapi er under pres

Desuden er zoneterapi en effektiv behandlingsform for en lidelse, der er særligt udbredt og spredt sig med lynets hast. Stress. Stress betragtes som en grundlæggende årsag til en lang række andre livsstilssygdomme og skavanker, hvilket er med til at øge zoneterapiens potentielle betydning.

Samtidig er zoneterapi under pres fra andre behandlingsformer, der i disse år dukker op og tilbyder hjælp til nogle af de samme klienttyper, som zoneterapeuter typisk henvender sig til.

Zoneterapien ligger lunt i svinget og er som sådan nogle skridt foran på grund af udbredelsen, de mange års anerkendelse og positive resultater og en voksende accept fra det offentlige behandlingssystem.

## Løsningen har store fordele

Alligevel er der grund til at tænke stort og strategisk og tage den lange brille på. Zoneterapien burde kunne markere sig tydeligere på verdensplan og være endnu mere relevant og accepteret. Ikke mindst når man tænker på de evige spækkrav, det offentlige sundhedsvæsen hele tiden udsættes for.

Zoneterapeuterne har et godt og billigt alternativ, som kunne supplere og aflaste det offentlige i endnu højere grad.

Zoneterapi bygger på tusindårig viden fra Østen og Ægypten og er i dag udbredt i Asien, USA, Latinamerika, Europa og Sydafrika. I et historisk perspektiv er zoneterapien, som vi kender den, dog ikke mere end 100 år gammel, og det er kun godt 40 år siden, de første zoneterapeuter åbnede deres klinikker i Danmark til offentlighedens hovedrysten og det offentliges ringeagt.

## Resultaterne taler for dig selv

I dag er zoneterapi anerkendt og respekteret og den af de såkaldt alternative behandlingsformer, som flest danskere har tiltro til. Det er resultaternes skyld. Men det er også sket på trods. Mens myndighederne i Danmark fortsat er træge med at inddrage zoneterapi i et generelt behandlingstilbud, er myndighederne i

andre lande mere åbne og mindre mistroiske.

ZoneConnection har i dette nummer henvendt sig til førende forskere, ledere og praktiserende zoneterapeuter på fire kontinenter for at afdække deres tanker om og visioner for zoneterapien.

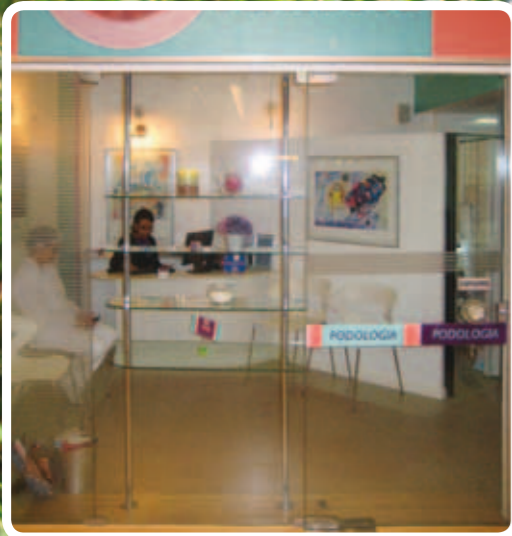
En af de danske zoneterapeuter med mest kontakt til det internationale miljø er Leila Eriksen. Hun siger:

”Vi kan alle medvirke til at styrke zoneterapien nationalt og internationalt ved at sikre, at vores arbejde registreres, så det kan benyttes til forskning, statistik og research. Jo mere videnskabeligt materiale, vi har, jo bedre pres kan vi lægge på politikerne og sundhedsforskerne, når vi fremfører vores sag”.

”Det handler om at foretage grundig journalføring, indsamle cases og i det hele taget dokumentere, når vi behandler vores klienter med succes. Det sted, vi kan starte, er at sikre, at journalføring og indsamling af data bliver en integreret del af uddannelsen til zoneterapeut,” siger Leila Eriksen.

På de følgende sider kan I læse de visioner og tanker, der gøres i det internationale zoneterapeutmiljø.

God læsning.



# Svar fra 4 verdenshjørner

**Maggie Roux, formand for det sydafrikanske zoneterapeutforbund, South African Reflexology Society, privatpraktiserende zoneterapeut siden 1994, Cape Town, Sydafrika.**

"Vi kan med god grund være stolte i Sydafrika, som var det første land til officielt at anerkende zoneterapi som profession i 2000, hvilket blev rost og anerkendt af blandt andre FN's verdenssundhedsorganisation, WHO.

Alligevel er zoneterapien i store problemer i Sydafrika. Flere skoler har måttet lukke, og flertallet af de sydafrikanske zoneterapeuter arbejder på deltid med deres profession. Mange har svært ved at få økonomien til at hænge sammen, hvilket påvirker deres mulighed for at videreudanne sig og deltage i internationale kurser og workshops.

En måde for sydafrikanske zoneterapeuter at deltage aktivt i det internationale zoneterapeut-miljø er ved research- og vidensdeling og deltagelse i forskning med resultater og case-studier. Det er en proces, vi i det sydafrikanske zoneterapeutforbund arbejder intensivt for at fremme. Den internationale kontakt er meget vigtig.

Der er stadig en udbredt mangel på viden om, hvad zoneterapi er og kan i det sydafrikanske samfund, som vi arbejder hårdt på at påvirke i positiv retning. Desuden ses en voksende tendens til at ansætte mangelfuldt uddannede zoneterapeuter på hoteller, spa- og wellnesscentre, turist resorts og krydstogskibe. Alt for mange har kun ganske korte kurser bag sig og kan ikke anerkendes formelt af vores forbund.

Samlet set lider vi under en manglende forståelse for, at zoneterapi er en behandlingsmetode, der kræver en grundig uddannelse.

Selv om zoneterapi er officielt anerkendt, har vi ikke mulighed for at fungere i kombination med anden sygdomsbehandling på f.eks. hospitaler, fødeklinikker, kræftafdelinger, genoptræningscentre og hospices. Det arbejder vi på at ændre.

Denne træghed inden for systemet deler vi med mange andre lande. Det er synd og forkert. Zoneterapi er et unikt system, der tilbyder billig sygdomsbehandling til den enkelte og et generelt helbredsloft til hele samfundet."



**Fiona McLennan, Cape Town, Sydafrika. Zoneterapeut og aromaterapeut med 11 års erfaring**

"I Sydafrika har zoneterapi været igennem en positiv udvikling. Kendskabet og den generelle accept af zoneterapi vokser. Der er dog langt igen, før zoneterapi bliver fuldt integreret i sundhedsvæsenet og en naturlig del af behandlingsplanen for enhver med et vedvarende, relevant sundhedsproblem.

De sydafrikanske zoneterapeuter står over for en række alvorlige udfordringer. Vores valuta er stærkt svækket, og det er vanskeligt for os at rejse ud af landet og deltage i kurser og følge den internationale udvikling på tæt hold.

Mange sydafrikanske zoneterapeuter praktiserer uden at være registrerede. De sparer medlemskontingent og undgår kontrol, men de er også med til at underminere det seriøse arbejde, vores organisationer og sammenslutninger gør for at øge befolkningens og det offentlige respekt for og tillid til zoneterapi. Løsningen er at blive ved med at insistere på registrering, koordinerede uddannelser og personlig videreudvikling.

Vi sydafrikanske zoneterapeuter arbejder for at medvirke til, at flere mennesker kommer i balance og harmoni med sig selv. Effekten af zoneterapi taler for sig selv, og vores vigtigste redskab er vores evne til passionerede, medfølelse berøringer.

Jeg er tilhænger af kontinuerlig videreuddannelse. Efter min opfattelse er det vigtigt, at vi som zoneterapeuter vedvarende træner og skærper vores evne til at lytte fordomsfrit og føre en berigende, terapeutisk samtale med vores klienter. Det kan vi kun, hvis vi selv er i harmoni og afklaret. Jo bedre, vi er til at afkode vores klienters problemer i deres fødder, jo bedre kan vi vejlede dem. Og jo bedre kan vi også rådgive dem, også hvis det er en traditionel læge, de har brug for at se."

**Birgit Nagele, New York, USA, zoneterapeut siden 2005, aktiv i STWS.org, en organisation af frivillige, der hjælper flygtninge og ofre for naturkatastrofer eller terrorisme.**

"Vi moderne mennesker lever en livsstil, hvor vi i stigende grad er online, stillestående og overvægtige. Alle burde være opmærksomme på zoneterapiens potentiale, da den kan bidrage til behandling af nogle af de sygdomme, vores livsstil forårsager. Zoneterapi reducerer stress, og netop kronisk stress er årsag til rigtig mange af mine klienters helbredsproblemer. I et land med høje private udgifter til lægehjælp, er zoneterapi en billig måde at undgå nogle af de dyre læge-regninger.

Zoneterapi kan ikke forårsage skade og har hverken bivirkninger eller foruren. Den burde være tilgængelig for alle og alle steder, hvor der findes stress; i virksomheder, på hospitaler og hospice, i kræftbehandling og som et vigtigt element i den generelle varetægtelse af befolkningens sundhed.

Zoneterapi burde tilbydes som noget af det første til stressramte. Stress er et stort problem over det meste af kloden. Zoneterapi er anvendeligt mod posttrau-



matisk stress forstyrrelse (PTSD) og blev benyttet af frivillige i behandlingen af ofre for stormen Sandy og efter 11. september terrorangrebet.

Jeg har startet et projekt, hvor frivillige zoneterapeuter tilbyder gratis behandling til krigsflygtninge, og det ville jeg elske at se vokse. Behovet er stort. Jeg så gerne zoneterapeuter engagere sig mere i samfundet og tilbyde deres kompetencer til medborgere, der ikke har adgang til det offentlige sundhedsvæsen.

En anden enestående styrke ved zoneterapi er, at metoden også kan benyttes til selvbehandling."

**Anneke van't Wout-Kaspers, 73 år, Holland. Stifter af RiEN, den europæiske sammenslutning af zoneterapeuter. RiEN står for Reflexologists in Europe Network og blev oprettet i 1992. Efter mange år som formand er Anneke van't Wout-Kaspers i dag RiEN's kasserer.**

"Zoneterapi kan bidrage til at spille en stor rolle i samfundet og for den generelle folkesundhed. Det er vigtigt at stå sammen og styrke os både politisk og fagligt. I Europa organiserer RiEN nu 30 zoneterapeut-forbund og 21 skoler om fælles retningslinjer for kvalitetssikring af uddannelse og research.

Zoneterapi bør automatisk være en del af løsningen, når der diskuteres sundhed på globalt plan. Hvis det skal opnås, er det nødvendigt, at vi samarbejder om fælles retningslinjer for vores uddannelser på det overordnede plan. Vi skal være bedre til at researche og frembringe materiale, der kan anvendes inden for forskning.

Zoneterapiens største styrke i den tid, vi lever i nu, er dens evne til at hjælpe mennesker, der lider af stress og ubalancer i deres system.

Zoneterapeuter bør være opmærksomme på deres egen personlige udvikling. En stor del af vores styrke som behandlere kommer fra vores egen empatiske kraft. Når vi har fokus på den og vedvarende holder os i bevægelse som mennesker, styrker vi også vores faglige kompetencer.

Zoneterapi er en terapeutisk metode til at lindre smerte ved stimulering ved tryk mod særlige punkter på fødder og hænder. De kontrollerede tryk påvirker kilden til patientens ubehag i positiv retning. Zoneterapi er ligeledes effektivt som præventivt middel mod sygdomme og til at sikre et generelt godt helbred. Mit håb er, at zoneterapi bliver en anerkendt behandlingsform overalt i verden. Læs mere om den europæiske sammenslutning af zoneterapeuter på hjemmesiden: [www.reflexology-europe.org](http://www.reflexology-europe.org)."

**Edith Munelli og Gianna Cortesi-Hersperger, Schweiz. 11 og 23 års erfaring som zoneterapeuter.**

Zoneterapi har været igennem en positiv udvikling i Schweiz. Flere kender og benytter zoneterapi, og antallet af praktiserende zoneterapeuter er stigende.

Vores ambition er, at zoneterapi indtager nye områder, blandt andet som fast bestanddel af tilbuddene inden for spa-wellness området, som komplementær, terapeutisk behandling og i højere grad inddrages som et supplement i det offentlige, konventionelle sundhedsvæsen.

Aller vigtigst er det at sikre, at alle zoneterapeuter får en grundig uddannelse med et minimumskrav på mindst 968 timer, som kunne opdeles således:

- 240 timer: Hænder, fødder, ører, ansigt, tænder, nerver, meridian-punkter på fødder, hænder, hoved m.m.
- 20 timer: Intervision og supervision
- 460 timer: Anatomi, fysiologi, patologi, hygiejne, farmakologi, førstehjælp, psykologi, lovgivning.
- 8 timer: eksamen.
- 20 timer: Selvbehandling.
- 100 timer: Specialskrivning.
- 120 timer: Selvstudier og superviserede behandlinger.
- Total: 968 timer

Vores evne til, som zoneterapeuter, at fortolke signalerne er nært forbundne med vores personlige udvikling og talenter. De vigtigste personlige egenskaber for en zoneterapeut er efter vores mening empati, ydmyghed over for universets uforklarlige forunderlighed, konstant videreudvikling og -uddannelse, læring i samarbejde med andre zoneterapeuter, kendskab til andre behandlingsmetoder, for eksempel kost og ernæring, lymfedrænage med mere.

Vores håb er, at syge og svækkede mennesker, når det er muligt og fornuftigt, altid først søger hjælp hos en komplementær behandler, før de begynder at tage medicin eller få operation."

# Zoneterapien til Las Vegas



Der skrives historie, når zoneterapi i næste måned præsenteres foran 1000 forskere på en stor international kongres om fremtidens offentlig sundhed.

Tekst: Jakob Rubin

Las Vegas er spillebyen over dem alle, men vi må håbe, der ikke gambles med vores sundhed, når 1000 forskere til maj mødes i den amerikanske ørkenby for at udstikke linjer og komme med forslag til fremtidens sundhedsvæsen.

Meget tyder på, at det ikke bliver tilfældet – at vores allesammens sundhed tages alvorligt, for for første gang er zoneterapi inviteret med i panelet. Der bliver skrevet historie, og invitationen er et tegn, der ikke kan misforstås.

Det er oven i købet en dansker, der skal føre sagen. Vores egen zoneterapeut Leila Eriksen er programsat til at præsentere de seneste trends og tendenser indenfor zoneterapien i Europa og på verdensplan.

## Godkendt af forskerdommere

På kongressen mødes verdens førende forskere fra universiteter, hospitaler, patientforeninger, sundhedsministerier og regeringer for at drøfte fremtidens sundhedsvæsen. De vil fremlægge resultater af den sidste nye forskning og formidle budskaber om sundhed, behandling, livsstil og økonomi i relation til fremti-

dens sundhedsvæsen.

Leila Eriksen er glad over invitationen og lykkelig over at kunne præsentere zoneterapi i et forum af denne slags.

”At få godkendt et projekt på en forskerkongres af denne kaliber er ikke noget, der lige rystes ud af ærmet. Det fordrer prækvalifikation og opfyldelse af nogle helt specifikke krav, som skal godkendes af et panel af såkaldte peer-reviewer. Forskerdommere kunne man også kalde dem,” siger Leila Eriksen.

”Historisk er det kun forsvindende få og små zoneterapiprojekter, der er blevet optaget til præsentation på tidligere, lignende kongresser. Det har vi forsøgt at gøre noget, og det er tilsyneladende lykkedes at vække forskernes interesse for en terapiform, som benyttes over hele jordkloden, men som der forskes forholdsvist lidt i, hvilket er et af vores helt store udfordringer,” siger hun.

## Fremtidens zoneterapeuter

Zoneterapeuter har ifølge Leila Eriksen gennem de sidste 25-30 år fået øjnene op for vigtigheden af forskning og dokumentation. Indirekte kan man sige, at

det netop var forskningsresultater og dokumentation, der banede vejen, da zoneterapien blev momsfrigtaget herhjemme og siden hen fik mulighed for at få tilskud fra ”danmark” og andre sundhedsforsikringer.

Ifølge Leila Eriksen kan alle zoneterapeuter samlet gøre mere for at fremme deres egen sag. Efter hendes mening burde uddannelsesinstitutionerne sikre sig, at underviserne holdes orienteret og løbende videreuddannede.

”For mange skoler underviser i dag i, hvad der rørte sig indenfor forskningsfeltet for mere 20 år siden. Zoneterapeuterne bliver uddannet til dygtige håndværkere og dygtige terapeuter, men bliver ikke altid uddannet til at følge tidens trend indenfor sundhedspolitiske tiltag,” siger hun.

## Internationalt samarbejde er vejen

Løsningen er efter Leila Eriksens mening blandt andet at systematisere indsamlingen af patienthistorier på professionel vis. Der er for tiden et samarbejde i gang mellem nordiske zoneterapiorganisationer, Sundhedsstyrelsen og det norske universitetet, NAFKAM, om dette.

”Jeg og mange andre har gennem 25 år arbejdet på, at der nationalt og internationalt bliver implementeret forskning og dokumentation i de studerendes curriculum,” siger Leila Eriksen.

”Med den forstående europiske kongres for zoneterapeuter i Bruxelles til maj, forskerkongressen i Las Vegas i samme måned og verdenskongressen for zoneterapeuter i Taiwan 2017, ser det ud til, at der nu virkelig sker noget på det felt,” siger hun.



På internationale zoneterapeut-konferencer i Europa og resten af verden præsenteres nye teknikker og de nyeste resultater indenfor forskning i zoneterapi. (privatfoto)

# Præsten og hans 10.000 zoneterapeuter

I Taiwan og store dele af det øvrige Asien har Fader Josef, en schweizisk-født katolsk præst og missionær, som i Asien har uddannet tusindvis af fattige, blinde og handicappede til zoneterapeuter.

Tekst: Jakob Rubin

I 1980'erne blev en katolsk præst sendt til det fattige øst-Taiwan af sin schweiziske missionsorden, Betlehem, for at forkynde kristendommen. Han har været der siden og holder i dag sine prædikener på tre sprog; taiwanesisk, mandarin og amis (et lokalt sprog).

Alene det burde kunne sikre den utrættelige nu 76-årige fader Josef en medalje, men hans gerninger indenfor zoneterapi er mindst lige så usædvanlige. Zoneterapien hørte han første gang om i 1977, da han fik en bog om zoneterapi af en ven, som mente, at metoden kunne hjælpe på fader Josefs gigt i knæene.

Det kunne den.

## Udviklede nye metoder

Fader Josef var begejstret. Han lærte sig zoneterapi, og efter at have kureret sine egne knæ, begyndte han at kurere venner og søgnebørn for alskens skavanker. Med tiden udviklede han sin egen version af zoneterapi på baggrund af det, der gav ham de bedste resultater, har han fortalt i sine erindringer.

Fader Josef fortsatte sit paralleløb efter sin udstationering til Taiwan og andre asiatiske lande. Han missionerer og prædiker stadig i syv geografisk spredte øst-taiwanske egne og har i over 20 år undervist i zoneterapi i blandt andet Taiwan, Kina, Korea, Japan, Malaysia, Hong Kong og Bolivia.

## Blinde er perfekte zoneterapeuter

Ifølge fader Josef er zoneterapiens helt store styrke dens mobilitet og næsten omkostningsfri praksis. I fattige lande er den et perfekt redskab til en forbedring af folkesundheden. En af fader Josefs



Ved siden af sin præstegerning i de fattigste egne af Taiwan har Fader Josef utrætteligt medvirket til udbredelsen af zoneterapi i store dele af Asien. (privatfoto)

ideer bemærkelsesværdige tiltag var at introducere zoneterapien for blinde og handicappede taiwanere. Derved giver han dem muligheden for som zoneterapeuter at skabe en anstændig levevej i

lande, der ikke altid yder den nødvendige støtte til sine svageste.

Fader Josef har forklaret, at han fandt tanken helt naturlig, da god zoneterapi jo er betinget af en stærk



Fader Josef har udviklet flere redskaber til brug i zoneterapi. Her ses et af dem, der er beregnet til selvbehandling. (privat foto)

sensitivitet og intuitiv sans. Noget blandt andre blinde som hovedregel besidder. Med andre ord det perfekte match.

#### Bestseller-bøger og ærestitel

For nogle år siden udgav fader Josef en bestseller om zoneterapi på kinesisk, 'Zonoterapeutisk sundhedsmetode', lige som han har udgivet en række instruktionsvideoer i en serie kaldet 'Nøglen til godt helbred'. I 1992 modtog han en ærestitel fra FN's verdenssundhedsorganisation (WHO) for sit arbejde for udbredelsen af alternativ medicin. Det vurderes, at han med årene har undervist og trænet 10.000 elever i zoneterapi verden over.

På hans 60-års fødselsdag, der blev holdt i Taiwan, holdt landets premierminister en tale og takkede ham for "Det imponerende og enorme arbejde, fader Josef har gjort for Taiwan og Fjernøsten på så utrolig kort tid."

#### 'Sundhed gennem fødderne'

I 2001 udgav den nu forhenværende formand for den taiwanske zonoterapeut-sammenslutning, Eugene Cheng, bogen 'Fader Josefs nye metode til sundhed gennem fødderne.' Den er efter sigende oversat til japansk, koreansk og engelsk.

## ZoneConnection har interviewet fader Josef om hans erfaringer med zoneterapi.

*Hvordan har zoneterapi udviklet sig i de 40 år, De har praktiseret og kendt til zoneterapi?*

"Siden jeg fik mulighed for at arbejde med dr. Eugene Cheng, som er højt uddannet inden for kinesisk medicin, lærte jeg af ham teorien om yin og yang og de fem elementer, som han hjalp mig med at indarbejde i den vestlige forståelse af zoneterapi. Sammen begyndte vi at ændre tilgangen til zoneterapi, hvilket gav os bedre og hurtige resultater i vores behandlinger.

Vi har også udviklet hjælpemidler, som beskytter zonoterapeuternes hænder og gør behandlingerne mere effektive og mindre smertefulde.

Med tiden er vi stødt på nye re-

fleks-zoner, så vi nu arbejder med 83 refleks-zoner i stedet for 63. Vores behandlingsprocedurer har også udviklet sig. I dag går vi anderledes til værks end for 40 år siden."

*Hvordan gik det til, at De havnede i Taiwan?*

"Jeg tilhører 'Det katolske missions-samfund Bethlehem' i Schweiz og blev sendt til Taiwan for at fortsætte det missionsarbejde, som mine forgængere indledte for 60 år siden i de fattigste af landets egne langs kysten i øst-Taiwan."

*Har de lært taiwanesisk?*

"I mit sogn ligger otte kristne landsbysamfund, hvor der tales tre forskellige sprog. Jeg er nødt til at foretage mine



En af Fader Josefs taiwanske elever praktiserer hans version af zoneterapi, der inkluderer 83 refleks-zoner i stedet for de traditionelle 63. (privatfoto)

prædikener på både taiwanesisk, mandarin og det lokale stammesprog amis. Jeg studerer hver eneste dag for at håndtere den udfordring.

*Arbejder De stadig som både zonoterapeut og præst?*

"Det meste af mit zonoterapeutiske arbejde udføres i dag af nogle af mine elever, som har praktiseret i mange år og nu er sande mestre. Mine metoder benyttes ikke kun i Asien, men på fem kontinenter. Jeg har et vidunderligt hold, som viderefører mit zonoterapeutiske arbejde og underviser i landsbyer, fængsler, universiteter og kirker verden over. Men mit arbejde som præst er stadig min hovedbeskæftigelse."

*Hvad har De lært af zoneterapi?*

"At det er en guddommelig lære, der burde være kendt af alle. Og at de, som har talent for det, kan forebygge og behandle sygdomme og skavanker hos sig selv og andre. Zoneterapi er den mest overvældende opdagelse, jeg har gjort i mit liv. Alle kan lære og benytte zoneterapi på sig selv og andre. Derfor har vi udviklet to forskellige metoder; den ene til selvhjælp, den anden til hjælp for andre."

*Har zoneterapi gjort Dem til et bedre menneske?*

"Alle de lidelser, jeg dagligt stifter bekendtskab med hos mennesker, som søger hjælp hos mig, har gjort mig mere medfølelse og forstående. Evnen til at mindske folks lidelser har givet mig en ny opfattelse af meningen med livet."



Den taiwanske virkelighed, der i over 30 år har været Fader Josefs. Han har måttet lære sig tre lokale sprog. (privatfoto)



Fader Josef i selskab med sin ven, kollega og zonoterapeut-partner, dr. Eugene Cheng. (privatfoto)

*I hvilken retning synes De, at zoneterapi bør udvikle sig for at møde fremtidens krav og styrke sin rolle i fremtiden?*

"Vi bruger sloganet 'Learn reflexology skill to reduce your healthcare bill' (Groft oversat: bliv zonoterapeut og få færre sundhedsudgifter). Vi zonoterapeuter har en global opgave. Zoneterapi burde findes i enhver familie som et alternativ i den daglige sundhedspleje. Det ville mindske både familiens egne og statens udgifter til sundhed.



Taiwansk undervisningsfod. Fader Josef har bl.a. uddannet blinde til zonoterapeuter, da han mener, de ofte besidder en særligt sensitivitet. (privatfoto)

I mit sogn underviser vi i zoneterapi i enhver landsby. De yngre lærer metoden og hjælper de ældre, syge og handicappede. Vi har opnået bemærkelsesværdige resultater. Selv folkeskoleelever undervises i zoneterapi, så de kan hjælpe hinanden. Det skal dog siges, at ikke alle læger er glade for, hvad vi gør."

*Hvad er Deres fremtidsplaner?*

Jeg ønsker at udbrede zoneterapi i flere af klodens fattige lande. Jeg har sat uddannelser op i Tanzania, Zambia og Zimbabwe, men der er behov i mange flere fattige lande, hvor befolkningerne ikke har råd til dyr medicin og dyre behandlinger. Vores schweiziske og tyske zonoterapeuter har lovet at tage til Afrika."

*Er zoneterapi en spirituel metode?*

Zoneterapi er en holistisk behandlingsform, der inkluderer krop, sind og sjæl. Den er rettet mod det hele menneske. Mennesker, der havde mistet alt håb om at blive helbredt og så bliver det med zoneterapi, indser, at der findes mysterier i tilværelsen, som ikke kan forklares rationelt."

*Hvad holder De mest af ved at praktisere zoneterapi?*

At det er så nemt. Du stimulerer blot refleks-zonerne, og så er kommer der et resultat. Gå en tur på bare tæer og få det bedre. Har du hovedpine i tempel-områder, stimulerer du det relaterede område, og hovedpinen forsvinder. Har du ondt i maven, stimulerer du den smertefulde del af maven refleks-zone og minutter efter har du det bedre. Zoneterapi har været en fantastisk opdagelse for mig."

# Zoneterapi i et cubansk baglokale



I et land som Cuba, der mangler meget – især penge – men har betydelige menneskelige ressourcer, er zoneterapien en velegnet behandlingsform. ZoneConnection har besøgt en hektisk cubansk podologa, som en zoneterapeut hedder på de kanter.

Tekst og foto: Jakob Rubin

Det myldrer på Havanas travle Calle Itá-lia-gade med mennesker, der tilsyneladende ikke har andet at give sig til end daske rundt og hænge på gadehjørner, men inden for på 1. sal i nr. 340 har Jacqueline Perez Garcia utrolig travlt.

## Femårig uddannelse

Hun tager ikke imod bestillinger, folk må komme og sætte sig i en slidt sofa og vente, og i dag er der så mange, at hun med det samme beder nogle af dem gå hjem igen.

"Jeg kan ikke tage jer, jeg er nødt til at gå kl. 14, jeg skal ud og hjælpe mig mor," siger hun.

Nogle brummer lidt, men det er helt normal cubansk praksis at gå forgæves. De siger, de kommer igen dagen efter og forsvinder ned ad trappen. Et par er godt oppe i årene og ser ud til at have smerter.

Jacqueline Perez Garcia, 45, har været podologa siden 1993. Hun har gennem-

gået en 5-årig uddannelse og praktiserer en cubansk version af zoneterapi, der dækker meget bredere end den danske.

Under uddannelsen undervises og eksamineres de studerende også i akupunktur, terapeutisk massage, psykologi, angiologi (læren om blodcirkulation), undersøgelsesmetoder og forskning, mikrobiologi, læsning af røntgenbilleder, dermatologi og generel sundhedspleje.

"Vi har læst meget teori, som jeg med årene har glemt. Det er langt fra alt, hvad jeg har lært, jeg bruger i det daglige," forklarer Jacqueline Perez Garcia, mens hun behandler Lina Zamoras fødder.

## Familien er med

52-årige Lina Zamora er hyppig kunde hos Jacqueline Perez Garcia. Hun kan ikke undvære sine månedlige behandlinger og bruger dem præventivt, som hun siger.

Lina Zamora har fire familiemedlemmer med inde i den lille klinik, der ligger

i en gang i en ramponeret bygning. I det næste lokale har en massør sin klinik og hun og hendes klienter skal igennem Jacqueline Perez Garcia lokale for at komme ud og ind.

## Pris 3 kroner - eller gratis

"Jeg har mange klienter med diabetes, mavesår, dårligt blodomløb, organproblemer, inkontinens, hjerte- og muskelproblemer. Faktisk stort set alle typer sygdomme, der har med patientens velvære at gøre," siger hun.

"Foden er basen for organismens kontakt med kroppen. Lever- og nyreproblemer manifesterer sig i foden. Foden er en vanvittig vigtig del af kroppen," siger hun, mens hun beder Lina Zamora betale 10 pesos for behandlingen. Det svarer til knap 3 kr.

Jacqueline Perez Garcia's klinik er privat i den forstand, at den er kontrolleret af staten og et medlem af landets energerende socialistiske parti, som hun be-



Kunderne kan ikke reservere tid, men sidder i kø uden for det lille klinikværelse. Nogle bliver sendt hjem med besked om at komme igen dagen efter.

taler et månedligt beløb på omkring 30 kr. for retten til at praktisere selvstændigt.

"Vi har et klinikfællesskab her, som vi alle betaler til. Derudover kan vi selv fastsætte vores priser. Jeg tager som regel 5, 10, eller 15 pesos for en behandling. Hvis jeg ved, at en klient har familie i USA tager jeg måske lidt mere, og dem, der har svært ved at betale, men virkelig har brug min hjælp, slipper nogle gange gratis," siger hun, der arbejder seks dage om ugen fra 9.30 til 15.

På en måned tjener Jacqueline Perez Garcia ca. 350 kr., hvilket er 2-3 gange så meget som en statsansat zoneterapeut tjener.

"Der findes hundredvis, måske tusindvis af podologas i Cuba. Alle hospitaler og sundhedsklinikker har os ansat, men desværre er de fleste mest optaget af fodpleje. Det er også en vigtig del af vores arbejde, men det er zoneterapien, der har det største potentiale," siger hun.

## Samtale vigtig for behandlingen

Jacqueline Perez Garcia forklarer, at en stor del af hendes arbejde med klienterne ligger i en samtale med dem. I samtalen afdækker hun, hvordan de har det, hvilke problemer de i øvrigt har, om de er stressede eller lider af dårlig ernæring.

"Vi cubanere er meget snakkesalige. Vi elsker at snakke og trækker nærmest

vejret med ord. Der ligger meget viden til brug for behandlingen i det, som jeg får ud af samtalerne med mine klienter," siger hun.

Mange af hendes klienter er kommet i årevis. Dagens 12. og sidste klient er en høj, mørk mand, Antonio Casabalon på 76 år. Han er pensionist, men har arbejdet med at lakere biler i 40 år. Han har indre 'knuder' i fødderne, som gør ondt og generer ham voldsomt, forklarer Jacqueline.

"Han skal komme her hver tredje uge, ellers begynder han at gå skævt og få ondt i ryggen og knæene. Men ellers er han utrolig stærk og sund mand af sin alder," siger hun og klasker ham på benene.

"Han burde have specialsko, men det kan vi ikke få i Cuba."

## Formuer i Spanien

Antonio Casabalon dyrker santeria, den afrikanske religion, der kom til Cuba med slaverne og blev blandet med katolicismen. Det kan man se af hans armbånd. Han fortæller Jacqueline Perez Garcia, at han ikke længe ryger og kun drikker lidt rom en gang imellem.

Han befries for nogle af sine smerter og forlader lokalet. Jacqueline Perez Garcia gør klar til at gå. Hun har en drøm.

"At få min egen klinik. Måske endda i Spanien. Jeg har hørt, at man dér får 25 euro for en behandling. Det lyder hele utroligt."



Antonio Casabalon sætter sin lid til de afrikanske guder og sine fodbehandlinger hos Jacqueline Perez Garcia. Hun hjælper ham af med hans smerter.

# Generalforsamling med spændende nyt

Det blev taget en afgørende beslutning og debatteret emner af væsentlighed for alle zoneterapeuter – og nu også kranio-sakral terapeuter – i Danmark.

Den første lørdag i marts afholdt vi generalforsamling i utroligt hyggelige omgivelser på Hotel Trinity i Fredericia med et rigtigt fint fremmøde og spændende debatter og oplæg med betydning for vores fag og fremtidige virke.

Følgende er et referat, hvor du, der ikke kunne være tilstede, kan følge med i de væsentligste beslutninger og ændringer:

- ZCT er blevet godkendt til fremover at kunne RAB-registrere kranio-sakral terapeuter i vores forening.
- Styrelsen for patientsikkerhed har strammet op om uddannelserne for alternative behandlinger. Det byder vi i ZCT velkommen, da vi ser det som en kvalitetssikring af uddannelserne og foreningerne.
- Der er blevet sat et foreløbigt punktum omkring SA-ordningen. Via advokat har ZCT klaget til ombudsmanden, som dog ikke vil behandle sagen.
- Vi er nu 550 medlemmer i ZCT.
- Der blev afholdt et medlemsmøde i 2015. På mødet blev der talt om vigtigheden i at føre journal. Bestyrelsen blev gjort opmærksom på, at ikke alle fører journal. Vi kan kun opfordre til, at der kommer styr på dette, og henviser til ZCT's vedtægter, hvori dette er beskrevet.
- Bestyrelsen planlægger at afholde næste medlemsmøde på Sjælland. Datoen er 1. oktober 2016. Oplysninger om tid og sted følger i løbet af foråret.

- ZCT har deltaget i dialogmøder med akupunktørforeninger, massageforeninger, kraniosakral-foreninger samt de tre zoneterapeutforeninger for at finde ud af, hvordan vi kan samarbejde på tværs af foreningerne, da vi ofte sidder med de samme udfordringer. Første projekt er, hvordan vi sikrer os kvaliteten af uddannelserne.
- ZCT har fået en henvendelse fra sygeforsikring 'danmark', som beder os gøre vores medlemmer opmærksom på regningskravene. Der er sendt en mail ud til alle medlemmer, og du kan læse mere på intranettet.
- Fremover kan ZCT-medlemmer også tilbyde zoneterapi til kunder fra Mølholm Sundhedsforsikring. Du kan læse mere om aftalen på intranettet.
- Vi har i 2015 sagt farvel til vores redaktør Mette Andersen, som har søgt nye udfordringer, og i stedet budt velkommen til Jakob Rubin. Vi glæder os til det lovende samarbejde.
- ZCT er forsat medlem af RIEN, men har valgt ikke længere at støtte EFKAM. Vi synes, omkostningerne blev for store i forhold til udbyttet.

Jens Bækkelund leverede et spændende og informativt foredrag, hvor vi blev klogere på nogle af de regler, som vi er underlagt. Blandt andet skatte- og momsregler blev forklaret på en levende og positiv måde. Det er super dejligt, at Jens Bækkelund tilbød fortsat at hjælpe os, hvis vi ikke fik svar på det hele, eller hvis vi sidder med nogle specifikke problematikker.

## Fra den praktiske afdeling:

Regnskabet blev godkendt.

Vores bestyrelse består af:

Anette Hansen, formand  
Dorthe Lambæk, næstformand  
Anne Mette Duelund, medlem  
Aase Linnea Pilgaard Christensen, medlem  
Sanne Andersen, medlem  
Lena Rasmussen, suppleant  
Gitte Vagner, suppleant  
Tascha Charlotte Vestfred, suppleant

Vores revisor er fortsat Torben Korup.

I ZCT's etiske råd sidder:

Anette Gammelgaard, formand  
Allan Dresling, medlem  
Liselotte Simonsen, medlem  
Ebba Thomsen, suppleant

Budgettet for 2016 blev godkendt, og kontingentet fortsætter uændret i 2016.

På generalforsamlingen blev besluttet følgende to vedtægsændringer:

§ 3 stk 2 ændres, så der tilføjes kranio-sakral terapeuter i linje 7 efter akupunktører/massører.

§ 3.3 stk. 8 ændres, så ordlyden "medlemmerne skal" ændres til "medlemmerne anbefales at indhente skriftligt samtykke fra klienterne til opbevaring af personfølsomme oplysninger."



## Fra debatten

### Nye medlemstyper

Bestyrelsen ønskede en debat om optagelse af medlemmer, der er uddannede akupunktører, massører, kranio-sakral terapeuter, men ikke nødvendigvis uddannede zoneterapeuter.

Vi får en del henvendelser fra disse faggrupper, der ønsker medlemskab i ZCT.

Bestyrelsen vil også starte denne debat i bladet og på intranettet således, at alle medlemmer har mulighed for at give deres bidrag til debatten. Det blev fremført:

Flere gav udtryk for fordele ved at optage nye medlemmer, der ikke nødvendigvis er zoneterapeuter. Nogle kunne se styrken i, at vi var flere om et fælles fodslag. Andre, at det ville give en øget indtjening til foreningen.

Flere gav udtryk for en bekymring om foreningen kunne rumme alle de nye faggrupper, om det ville stille andre krav og forventninger til foreningen.

Det blev stillet spørgsmålstejn ved, hvad vil i så fald vil ske med bladet, om zoneterapien ville forsvinde, om vi kan favne det hele, og om vi kan være ligeværdige.

At det er vigtigt at definere, hvilken profil ZCT ønsker at have.

Bestyrelsen opfordrer til, at debatten forsætter på forummet på intranettet og i bladet.

### Nye førstehjælpsregler

Anne-Mette Duelund informerede om de nye førstehjælpsregler og henviser til intranettet, hvor vi har forsøgt at samle oplysninger om dette, som vi vurderer er relevante for ZCT-medlemmer.

### Brug af handsker

Debat om brug af handsker i behandlingerne. Her var der enighed om, at det er terapeuten's eget valg.

### Synlighed hos forsikringselskaberne

Medlemmerne blev informeret om de muligheder, der er, for at gøre sig synlig på de forskellige forsikringselskabers hjemmesider, når klienter får tildelt behandlinger og skal vælge terapeuter. Dorthe Lambæk opfordrer medlemmer til at informere om dette, så det kan komme på intranettet, til gavn for alle medlemmer.

### Efterløn

Der er specielle regler for selvstændige, når de skal på efterløn. På intranettet kan du læse mere om disse regler.

Tak for den engagerede indsats og med mange hilsner Bestyrelsen

## Mere nyt fra bestyrelsen

### Er du også kranio-sakral terapeut?

Og ønsker du at være RAB registreret/ SA anerkendt, så kontakt Anette, info@zoneconnection.dk. Det koster kun 350 kr. mere pr. halvår.

### Om indberetning til 'danmark'

I vores nyhedsbrev sendt ud i marts har vi gjort opmærksom på, at for at indberette til 'danmark' skal du kunne dokumentere, at klienten har betalt for behandlingen. Det betyder, at du skal kunne fremvise et bilag, hvis der kommer revision. Dette fremgår af din aftale med 'danmark'. Dette er en general henvendelse fra 'danmark'. Det er os bekendt ikke ZCT terapeuter, der er årsag til denne henvendelse. Det står i øvrigt i aftalens § 2 om oplysningernes validitet.

### Intranettet

For at komme på vores intranet:

1. Brugernavn er den mailadresse, du har sendt til os.
2. Adgangskode: her er det dit fornavn med småt efterfulgt af dit medlemsnummer.

### Netværksmøde

Der afholdes netværksmøde 1. oktober 2016 på Sjælland. Vi er i gang med at lave et spændende program, så reserver allerede nu dagen og tag endelig en kollega med. Vi sender program for dagen ud snarest.

### Aftale med Mølholm Forsikring

ZCT har indgået en aftale med Mølholm Forsikring, så ZCT-medlemmer fremover også kan tage imod kunder, der har fået behandlinger bevilget af Mølholm Forsikring.

**VIGTIGT:** Aftalen omhandler indtil videre kun zoneterapi-behandlinger. Det er vigtigt, at de nye betingelser overholdes. Se aftalen på vores intranet.



# Har du øjne i nakken?

Af Dorthe Krosgaard og Peter Lund Frandsen

De små dybe nakkemusklær har stor betydning for hovedets bevægelser og nakkens velbefindende, men overses af mange behandlere og indgår sjældent i zoneterapeuters grunduddannelse. Det drejer sig om de såkaldte suboccipitale muskler som forbinder kraniet med de to øverste nakkehvirvler og har mange vigtige funktioner, der påvirker langt mere end nakken.

## Anatomi

Vi har i alt otte suboccipitale muskler, fordelt med fire på hver side. De spænder sig som små barduner mellem kraniebunden og torn- og tværtappe på atlas og axis. Se de latinske navne og nøjagtige placering på figur 1.

Musklerne får deres nerveinnervation fra de dorsale grene af de to øverste spinalnervener (C1 og C2). Disse nervegrene er særligt tykke på grund af de mange muskeltene, der findes i musklerne (se nedenfor).

## Funktion

Betragter vi nakken som et stort led, der forbinder hovedet med ryggen, kan de små nakkemusklær ses som dem, der finjusterer hovedets bevægelser. Uden på dem findes større og større muskler der, giver kraft til bevægelserne.

Musklerne kan i forskellige kombinationer med hinanden lave sidebøjning, rotation og ekstension af nakke/hoved.

## Små sansorganer

Selvom musklerne spiller en rolle for hovedets små bevægelser, er deres måske vigtigste funktion at fungere som et sansorgan, der registrerer det tunge hoveds stilling i forhold til tyngdekraften.

Musklerne indeholder nemlig et usædvanligt stort antal proprioceptorer eller muskeltene. 36 muskeltene pr. gram muskelvæv, hvor f.eks. gluteus maximus har under 1 pr. gram væv. Muskeltene måler spændingen i musklerne og fortæller dermed hjernen om hovedets og nakkens position. Denne information er helt afgørende for, at vi kan samordne alle kroppens muskler og holde balancen, når vi bevæger os.

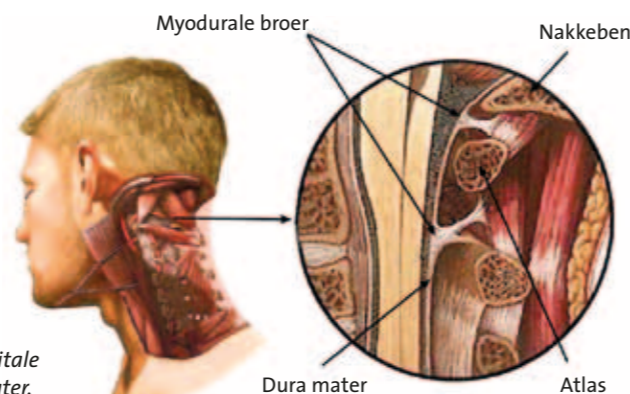


Figur 1: De suboccipitale muskler:  
1: *M. Rectus capitis posterior major*,  
2: *M. Rectus capitis posterior minor*,  
3: *M. Obliquus capitis superior*,  
4: *M. Obliquus capitis inferior*.

## Øjne i nakken – prøv selv

Du kan let mærke forbindelsen, hvis du placerer hænderne på hver sin side af hovedet med tommelfingrene lige under kraniekanten. Lad langsomt tommelfingrene arbejde sig gennem de ydre muskellag, så du har kontakt til de alldybste. Luk øjnene. Prøv nu at bevæge øjnene fra side til side og op og ned uden at flytte hovedet. Kan du mærke de små tonusændringer i de små muskler? Selvom hovedet og nakken er ubevægelige, reagerer de suboccipitale muskler på øjnenes bevægelser. Her har vi, en udviklingsmæssigt set, meget gammel forbindelse, der hjælper os med at holde balancen og koordinere hele bevægeapparatet.

Figur 2: Myo-durale broer forbinder de suboccipitale muskler med dura mater.



## Broen til dura mater

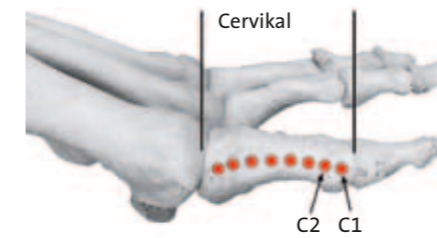
Anatomer har inden for de seneste 15 år opdaget, at der findes små muskel/fascie-strøg, der forbinder nogle af de suboccipitale muskler med dura mater, den yderste stærke hinde, der omgiver hjernen og rygmarv. De kaldes myo-durale broer. Teorien er, at musklerne derved er i stand til at trække i duraskeden og forhindre, at den kommer i klemme mellem knoglerne, når nakken og hovedet bevæges. Patologiske spændinger i disse muskler kan derfor tænkes at øge trækket i dura og dermed påvirke hjernen og give hovedpine eller migræne. Man har eksempler på at kirurgisk overskæring af myo-durale broer har lettet kronisk hovedpine.

## Muskelspændinger

Med den alt for almindelige sammen-sunkne kropsholdning med fremskudte skuldre og øget krumning i både lænd, brystkasse og nakke kommer de små nakkemusklær tit på overarbejde med at løfte hovedet, så man kan se lige frem. De medfølgende spændinger i musklerne giver sig udtryk i symptomer som:

- Stivhed og/eller smerter i nakken.
- Spændingshovedpine der trækker op fra nakken og frem over tindingerne mod bagsiden af øjnene.
- Migræne.
- Diffuse, dybe smerter, der ofte beskrives som om, de kommer fra indersiden af hovedet.

Figur 3: Nervereflekspunkter for spinalnerverne C1 og C2

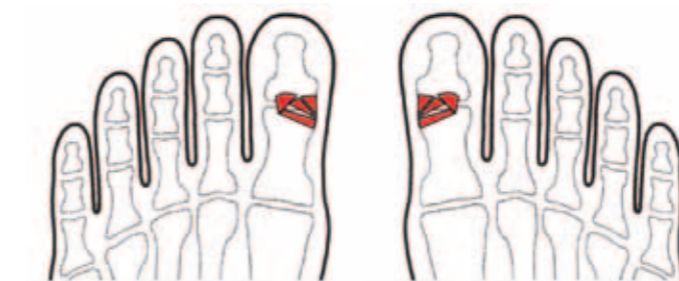


## Behandling

Afspænding af den suboccipitale muskelgruppe er led i behandlingen af disse problemer, men har indflydelse på hele kroppen. F.eks. kan man let iagttage øget fleksibilitet i hasemusklerne umiddelbart efter behandling af de dybe nakkemusklær, hvilket kan hænge sammen med disse musklers overordnede rolle for bevægeapparatet og med deres forbindelse til duraskeden og dermed en påvirkning af alle rygmarvsnerverne.

## Nerverefleksologi

Ved en specifik behandling af de suboccipitale muskler vil vi i Touchpoint Klinik først arbejde med nerveforsyningen, hvilket vil sige nervereflekspunkter for C1 og C2, se fig. 2. Da det drejer sig om den dorsale gren af disse nerver, bruger vi en trykretning direkte ind fra medialt



Figur 4: Zoner og teknik for de suboccipitale muskler.

Figur 5: Orthobionomisk afslapning af nakken, se videoklipet i online versionen af denne artikel på [www.touchpoint.dk](http://www.touchpoint.dk)



mod lateralt. Hvis der er ømhed i punktet, holdes et stationært tryk, til smerten er væk, maks. 15 sekunder.

## Zoneterapi

Zoner for de suboccipitale muskler, se på fig. 4. Vi anbefaler at arbejde området grundigt igennem. En god teknik er at bøje storetåens yderled lidt, støtte med tommel og pegefingre på den ene hånd og arbejde zonerne igennem med siden af den anden hånds pegefingre.

## Afslapning af de suboccipitale muskler

En dyb afslapning af muskelgruppen og hele nakkeområdet kan opnås med en teknik inspireret af behandlingsmetoden orthobionomi:

- 1 Klienten er placeret på ryggen med hovedet tæt ved briksekanten.
- 2 Stå med spredte ben og solid jordforbindelse.
- 3 Tag blidt fat om klientens hoved med begge hænder over hinanden, sørg for ikke at klemme ørerne.
- 4 Løft langsomt hovedet fri af briksen.
- 5 Bed klienten slappe helt af og lad dig bære hele hovedets vægt.
- 6 Før meget langsomt og blidt hovedet rundt i forskellige retninger.
- 7 Snak med klienten, så du er sikker på, at teknikken hele tiden føles tryk og absolut smertefri.
- 8 Det optimale er at komme ind i en tilstand, hvor det føles som om, hovedet bestemmer, hvor det gerne vil bevæges hen, en blid dans mellem dig og klientens hoved/nakke.
- 9 Fortsæt, så længe det føles nyttigt, gerne 2-3 minutter eller mere.
- 10 Bliver du træt i armene, så tag en kort pause, hvor du sænker hænderne (stadig holdene hovedet) mod briksen.
- 11 Når du afslutter teknikken, gøres det mееееet langsomt, så ingen muskler har brug for at spænde op.

Denne blide bevægelse af hovedet i de frie retninger, kan ofte omprogrammere nervesystemet, så gamle spændingsmønstre slipper. Kunsten er at gøre klienten helt tryk ved det, der foregår, holde fuldt fokus og respektere muskler og leds begrænsninger.

## Vil du vide mere?

Vi arbejder med de suboccipitale muskler på todags-kurset "Rundt om: Hovedpine og Migræne". Se mere om dette og andre kurser på vores kursuskalender på [www.touchpoint.dk](http://www.touchpoint.dk)

# Styr på den indre vind

## Nøgleord; Vind, Jueyin – Lever og Pericardie, Minister Ild, Shaoyang – SanJiao og Galdeblære, bevægelsesretninger i de 5 elementer.

Alle ovenstående manifestationer gælder både Ydre og Indre Vind, bortset fra tremor og konvulsioner, som kun gælder for Indre Vind.

Ydre Vind kombinerer sig let med andre Ydre Patogene Faktorer, og vi ser Vind-Kulde, Vind-Hede osv.

### Vind, der skal være der

I ovenstående præsentation tillægges Vind kun patologiske egenskaber. Men det er faktisk meget relevant også at kigge på begrebet 'Fysiologisk Vind', dvs. en Vind der skal være der.

I klassisk kinesisk medicin består vores blodcirkulation af et 'ægteskab' mellem Jueyin's (Lever og Pericardie) Vind og Shaoyang's (SanJiao og Galdeblære) Minister Ild. Dvs. Minister Ilden giver varme til blodet, og Vind blæser blodet rundt i blodkarrene. Så en passende mængde Vind holder altså vores cirkulation i gang, og Vind må derfor også kunne betragtes som 'Fysiologisk'.

### Vind i naturen

Vi kan ikke lide stormvejr, men på en varm solskinsdag er helt vindstille heller ikke sagen – en lille brise er dejlig. Som fænomen har vi altså glæde af lidt Vind.

I naturen opstår Vind pga. relativ kulde i et område og en relativ varmere tilstand i et nærliggende område. Når temperaturforskellen og forskellen i barometrisk tryk skaber en front, får det Vinden til at blæse.

På samme måde bliver Fysiologisk Vind skabt i vores organisme helt uden, at vi behøver at gøre noget, simpelthen pga. Temperaturforskellen mellem Vand-elementet i Nord og Ild-elementet i Syd; Nyrene tilhører Vand og er placeret i nedre Jiao, og Hjertet tilhører Ild og er placeret i øvre Jiao.

### Balance mellem yin og yang

Vand-elementet tilfører ud fra kinesisk medicinsk tankegang passende afkøling og væskebalance i kroppen, og Ild-elementet tilfører varme og cirkulation. Dvs. de to elementer i balance giver en basal balance mellem yin og yang i vores krop. Bindeledet mellem Vand og Ild er Træ-elementet i Øst, og Vind som fænomen tilhører Træ.

Hvis vi har en passende temperaturforskel mellem Vand og Ild, vil vi opleve en passende brise af Vind i Træ-elementet og derved passende opadstigen af Blod og Minister Ild. Hvis Vand-elemen-

tet fryser til, vil temperaturforskellen imidlertid blive for stor, koldfronten bliver for kraftig, og Vinden vil begynde at blæse for kraftigt. Den vil hvirvle og puste for meget til Minister Ilden, og skabe en kraftig opadstigen af Hede, der via Pericardiet rammer Hjertet; vi vil være for kolde forneden og for varme foroven.

### Modstrøms Qi

Dette er en selvforstærkende sygdomsspiral – kaldet modstrøms Qi – og giver anledning til et utal af forskelligartede symptomer, såsom nældefeber, uro, søvnløshed, drømmeforstyrret søvn, panikangst, hjertebanken, forhøjet blodtryk, næseblod, hovedpiner i migrænekategorien, inflammationstilstande mm.

I forhold til vores oplevelse af kropstemperatur vil vi som nævnt oftest være kolde nedadtil og for varme opadtil, men interessant nok vil bevægelse af denne koldfront ofte også kunne skabe bevæ-

gelse indefra og udefter og give en fornemmelse af at være kold indeni og for varm udenpå.

### 'Koldt blod'

Hvis der i stedet opstår en mangel på Hjerter Yang, vil temperaturforskellen mellem Vand og Ild blive for lille. Vinden vil stilne, vores blodcirkulation vil blive påvirket, og vi vil opleve kolde hænder og fødder. I TCM relaterer kolde hænder og fødder til Lever Qi Stagnation. I den klassiske tilgang vil mønsteret også relateres til Jueyin Lever og Pericardie, men tolkes som 'koldt' blod, der ikke cirkulerer pga. mangel på Vind.

Andre symptomer, der kan følge med, vil ofte være smertefulde og kraftige menstruationer, eftersom blodet ikke bliver cirkuleret opad i Øst, men forbliver

koldt og stagneret i Nord og derfor bevæger sig ned, eller udeblevne menstruationer.

### Behandling

De punkter, vi i forvejen kender, der dæmper Indre Vind eller spreder Lever Qi stagnation, kan bruges. Men det gælder i princippet først og fremmest om, enten at mindske temperaturforskellen mellem Vand og Ild (varm nedre Jiao op og uddriv hede fra øvre Jiao) eller øge temperaturforskellen mellem Vand og Ild (varm Hjerter Yang, fx med moxa på Ren17, Hj7, Bl14 + 15).

*Denne artikel er kraftigt inspireret af en artikel af Arnaud Versluys om Jueyin sygdom og kompositionen af en urteopskrift, der hedder Wu Mei Wan, en opskrift der oftest kun bruges til at behandle parasitter, men som er fantastisk til for megen Indre Vind.*

Tekst: Claus Sørensen, Dragon Rises

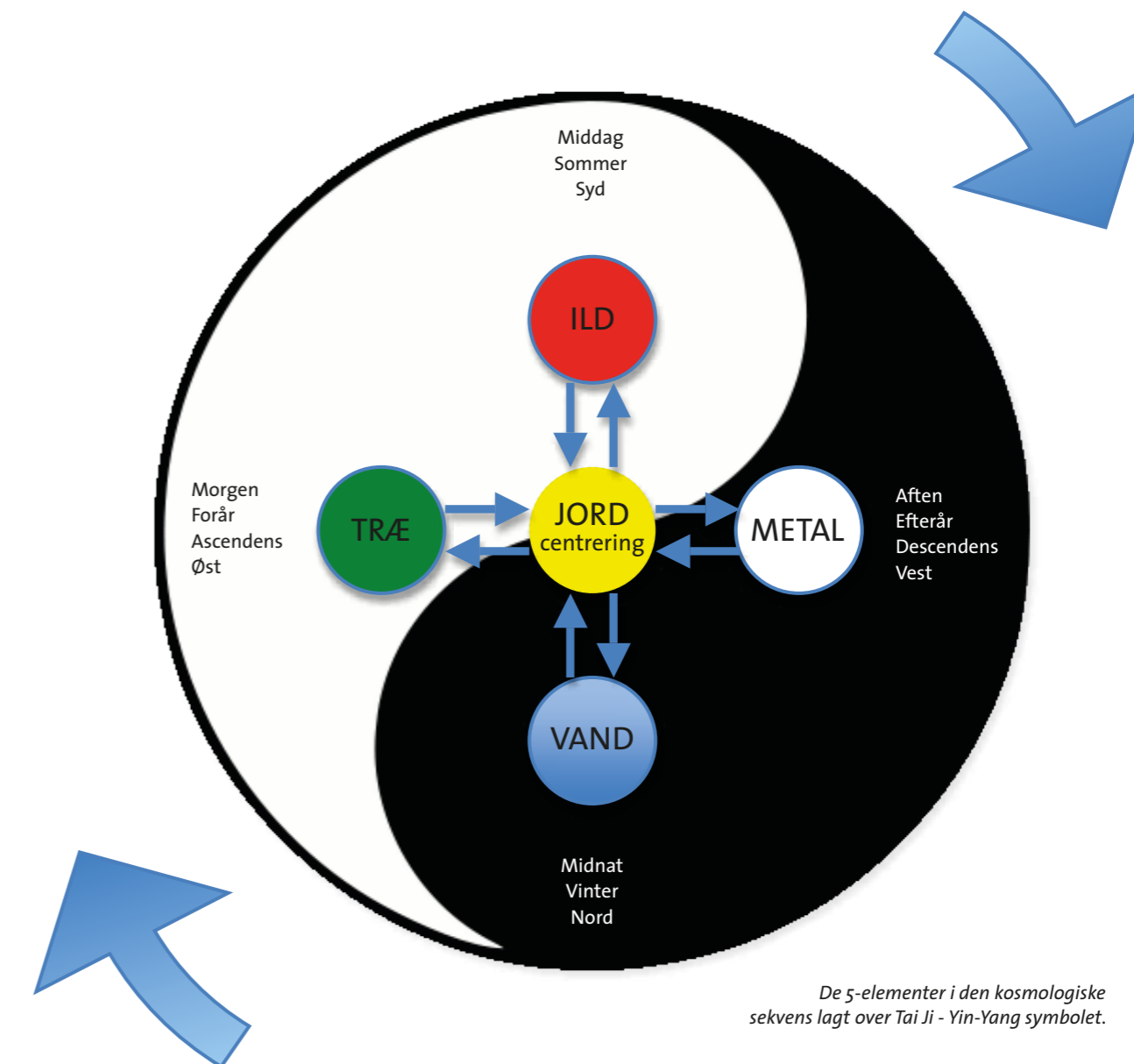
Som både zoneterapeut og akupunktør hører vi, at Vind relaterer til Træ-elementet. I akupunktoren og kinesisk medicin er det et begreb, der bruges ofte, og vi bliver præsenteret for Vind som en Patogen Faktor – dvs. en sygdomsfremkaldende faktor. De almindelige karakteristika, vi får at vide om Vind, er:

### Vind

- 1 Vind er en Yang patogen faktor.
- 2 Vind er spydspids for sygdom.
- 3 Vind-angreb opstår pludseligt og forårsager hurtige ændringer i symptomer og tegn.
- 4 Vind bevirker, at symptomer og tegn flytter sig fra sted til sted i kroppen, og vind blæser uregelmæssigt/med mellemrum.
- 5 Vind er karakteriseret ved spredning opad og udad.
- 6 Vind får tingene til at ryste og svaje.

### Eksempler på symptomer og tegn:

- 1 Hurtige ændringer i symptomer.
- 2 Symptomer som flytter sig rundt.
- 3 Påvirker den øverste del af kroppen.
- 4 Påvirker lungerne først.
- 5 Påvirker huden.
- 6 Forårsager kløe.
- 7 Tremor (rysten).
- 8 Konvulsioner (krampetrækninger).
- 9 Følelsesløshed, men også stivhed og eller paralyse.



De 5-elementer i den kosmologiske sekvens lagt over Tai Ji - Yin-Yang symbolet.

Hvorfor nøjes med det næstbedste?

# Prøv det originale Q10 produkt

Hvis man ikke har prøvet Bio-Quinone Q10, har man ikke fået det fulde udbytte af stoffet Coenzym Q10. Prøv den originale Q10 blanding, som er brugt i det epokegørende Q-Symbio studie – og oplev forskellen.

Luft- og fugttæt blisterpakning. God hygiejne.

Mere end 100 videnskabelige studier dokumenterer produktets egenskaber.

Det originale Q10 brand fra Pharma Nord.

Resultatet af 25 års produktudvikling og forskning.

100% naturidentisk Q10 Precise Ingredients.

Dokumentation på optagelighed, virkning\* og sikkerhed.

Bio-Quinone Q10 er udvalgt som referenceprodukt i international forskning.

Produceret, pakket og kvalitetskontrolleret på Pharma Nord's egen virksomhed i Danmark.

Lysbeskyttede kapsler med 100 mg Q10 opløst i vegetabilsk olie.

Bio-Quinone Q10 Gold med C-vitamin, som bidrager til et normalt energistofskifte.

\*) Naturligt coenzym Q10 med C-vitamin, som bidrager til reduktion af træthed og energiløshed samt til et normalt energistofskifte.

## Kurser

### ZCD - Kolding

IDYL 20 A, 6000 KOLDING  
TLF. 26 78 72 72  
[www.zoneterapeutskolen-kolding.dk](http://www.zoneterapeutskolen-kolding.dk)

#### Demo i brug af den nye NetMedic EDB journal

UNDERVISER: LEIF NIELSEN

Det er let at bruge den nye NetMedic EDB-journal, som er til salg for alle alternative behandlere og elever. Aldrig mere papirjournal.

#### Førstehjælp med hjerte- lungeredning

UNDERVISER: VINNIE MOTT

Den: 20. - 21. august 2016- tilmelding 19. aug. Weekend kl. 9 - 15

Pris: 900 kr. Betales ved tilmelding. Tre timers opfølgning lørdag kl. 12 - 400 kr.

Tilmeldingsfrist: 19. august 2016

Den: 3. - 4. september 2016- tilmelding 2. sept. Weekend kl. 9 - 15

Pris: 900 kr. Betales ved tilmelding. Tre timers opfølgning lørdag kl. 12 - 400 kr.

Tilmeldingsfrist: 2. september 2016

Det ansvarlige i at være zoneterapeut, gør at førstehjælp selvfølgelig er en naturlig del af uddannelsen, så du er rustet til at kunne yde førstehjælp på klinikken og ude i samfundet. Faget er kompetencegivende i erhvervslivet.

#### Øreakupunktur (auriculoterapi)

UNDERVISER: KENN ØHLENSCHLÆGER

Undervisningstider 2016 fra kl. 17 - kl. 22: 15., 29. sept. og 13., 27. okt. og 10. nov.

25 timers RAB/SA kursus.

Inkl. kursusmateriale, ikke inkl. mad og drikkevare. Ingen forberedelse.

Fantastisk flot undervisningsmateriale. Kursusbevis udstedes, giver RAB / SA timer

Pris: 4.990 kr., inkl. nåle

Depositum: 500 kr. v. tilmelding.

Min 16 deltagere - maks. 24 deltagere.

Tilmeldingsfrist: 15. september 2016

Kurset henvender sig til zoneterapeuter der gerne vil udvide deres arbejdsfelt med øreakupunktur og tilhørende teknikker. Øreakupunktoren er et effektivt og let overskueligt akupunktur system, der er nemt at anvende. Du behøver ikke en fuld akupunktur uddannelse for at få glæde af akupunktoren i din klinik. Øreakupunktoren har en kinesisk og en fransk udviklet variant. Begge teknikken gennemgås på kurset. Øreakupunktoren kan både stå alene som behandling og samtidig understøtte din zoneterapi.

Klik ind på [www.zcd.dk](http://www.zcd.dk) og se flere detaljer samt flere kurser og uddannelser

#### Fødsel, kolik- og spædbørnzoneterapi

UNDERVISER: JEANETTE BILLE KJELDSEN

Starter: 1. oktober 2016 - weekend kl. 10 til 16

Pris: 2.495 kr.

Depositum: 500 kr. ved tilmelding

Tilmeldingsfrist: 30. september 2016

På kurset lærer du at behandle gravide med zoneterapi og akupressur, så du kan afhjælpe de problemer, dine gravide klienter kan have. Desuden skal du lære nogle grundteknikker til brug under fødsler bl.a. til smertelindrende behandling. (Disse teknikker kan også bruges til andre slags smerter.)

#### Kost og ernæringslære

UNDERVISER: FREDE DAMGAARD

To weekender 2017

14. - 15. jan. og 11. - 12. marts. kl. 9 - 16

Tilmeldingsfrist: 11. januar 2017

Pris: 3.800 kr.

Depositum 500 kr. ved tilmelding

To weekender 2018

20. - 21. jan. og 24. - 25. marts. kl. 9 - 16

Tilmeldingsfrist: 18. januar 2018

Pris: 3.800 kr.

Depositum 500 kr. ved tilmelding

Lær at understøtte klienten via kosten til en bedre balance og velvære. Supplerende kost er støttende og givende i bl.a. kombination med zoneterapibehandlinger og andre behandlingsformer.

### ZCD - Langeskov

ODENSEVEJ 17, 5550 LANGESKOV

TLF. 65 38 35 38

[www.pilelund.dk](http://www.pilelund.dk)

#### Kraniosakral terapi

UNDERVISERE: HELGE FYNSHAVE OG LINE GRAA

Fredag d. 15. april kl. 17-22, lørdag d. 16. kl. 8-18, søndag d. 17. kl. 8-16 samt 17. - 19. juni samme tider. I alt 6 dages kursus.

Pris: 4.600 kr.

Du lærer de grundlæggende behandlingsteknikker og får indblik i nervesystemets opbygning, samt anatomi og fysiologi. Får en forståelse af, hvordan det Kranio Sakrale system fungerer. Du får indsigt i, hvordan et behandlingsforløb kan tilrettelægges og betydning-

gen af samtalen med klienten. Indblik i KSTs historie og bagvedliggende filosofi, i nervesystemets opbygning, i det autonome nervesystem, hvordan det sympatiske- og parasympatiske nervesystem har indflydelse på vores stress og kontakt med omverdenen. Indblik i forskellige visuelle diagnosticeringsmetoder, i selvhjælpsøvelser, i målsætninger og tests betydning for behandlingens effekt og behandleres succes. Du lære at mærke og forbinde dig til den Kranio Sakral rytme. At regulere rytmen ved hjælp af lette tryk på forskellige steder på hoved og krop. At udføre afspændingsteknikken "stillepunkt" At udføre forskellige membranteknikker. At afspænde nakke- og læbeled. At balancere det Kranio-Basale led. Det Kranio-Basale led er sammenføjeingen i kraniet mellem kilebenet og nakkebenet, andre betegnelser for dette sted er synchodrosis spheno- occipitalis eller den spheno- basilære symfyse. At løsne prosa- musklerne og sabro- iliacaledet, som udgør den vigtigste forbindelse mellem rygsøjlen og bækkenet og at løsne rygsøjlenes nerveindesystem.

#### Systembehandling meridianer og 5-element

UNDERVISER: JAN ALMSKOU

Startdato: 12. - 13. august 2016

Pris: 2.600 kr.

Tilmeldingsfrist: 1. august 2016

Målgruppen er primært zoneterapeuter. Ud fra principperne "Det man giver fokus vokser" og "Skab frit flow, så klarer kroppen resten" har Jan Almskou i en del år arbejdet med at skabe nye systemer, der er sammensat af de zoner, vi allerede kender, men kombineret på en måde, der er målrettet de diagnoser vi stiller ud fra meridianerne og de 5 elementer. På kurset vil de nye systemsammensætninger og andre udvidede behandlingsmuligheder for hvert af de 5 elementer blive gennemgået, vist og øvet. Du vil blive undervist i, hvornår disse behandlingsammensætninger kan være en fordel frem for traditionelt sammensatte systemer, og hvornår det ikke vil være det. Teknikker til at arbejde med energien vil være integreret i de praktiske øvelser. Overordnet og fælles for alle behandlingstiltagene er at skabe frit flow i og mellem meridianerne/elementerne. Du får her en meget målrettet behandling, der tager fat i problemets rod uden at miste det holistiske fundament, som godt kan gå tabt ved anden symptombehandling.

Tilmeld dig Pharma Nord's gratis Helsenyt på [www.pharmanord.dk](http://www.pharmanord.dk)

 Pharma Nord

## ZCD – Odense

RUGÅRDSVEJ 46 STUEN, 5000 ODENSE C
TLF. 25 77 34 35
www.zcd-odense.dk

### Akupunktur-uddannelsen - weekend RAB

UNDERVISERE: HENRIK KLEMEN WILLUM JENSEN, CLAUS SØRENSEN OG NIGEL CHING

*Startdato: 7. maj 2016 - 15. juni 2019*
*Uddannelsen foregår i weekender, og lever op til PA og DA's nyeste krav om timetal og indhold om klassisk akupunktur teori, punktlokalisation, øreakupunktur og moxa.*
*Pris: 57.800 kr. ekskl. bøger og eksamensgebyr.*
*Tilmeldingsfrist: 25. april 2016*

På uddannelsen lægger vi stor vægt på, at du som behandler, efter endt forløb, står med en virkelig god værktøjskasse, når du skal drive din egen kliniske praksis. Det er unikt for uddannelsen på vores skoler, at Shen-Hammer pulssystemet (48 timer) er en integreret del af undervisningen. Samt urtemedicin med Nigel Ching som også er en del af uddannelsen.

### Kosmetisk akupunktur

UNDERVISER: HEIDI SKJELBO

*Startdato: 20. - 21. maj 2016*
*fredag 16.30 - 21 samt 9 - 15.30 lørdag.*
*Der udstedes kursusbevis.*
*Pris: 2.600 kr. inkl. kompendie*
*Tilmeldingsfrist: 10. maj 2016*

Målgruppen er alle behandlere, der ønsker et grundkursus i, hvordan ansigtet genopfriskes og rynker reduceres ved brug af akupunktur-nåle, og bruge dette som supplement i din klinik. Det er ikke en forudsætning at være akupunktør for at tage dette kursus.

### Cupping

UNDERVISER: MAIKEN KJELDSEN

*Startdato: 15. juni 2016*
*4-timers kursus, tidspunkt: 17.30 - 21.30.*
*Pris: 450 kr. inkl. kompendie og en sugekop*
*Tilmeldingsfrist: 9. juni 2016*

Cupping betyder ”at behandle med kopper (sugekopper), som er vakuum, der løfter blidt op i bindevævet og gør underhud og det underliggende væv mere smidigt og elastisk. Samtidig frigives affaldsstoffer. Teknikken kan afhjælpe led- og muskelsmerter, cellulitis (appelsinhud), uren hud, glatte rynker lidt ud, udrense huden og massere i dybden. Mest af alt er det en behandlingsform, der er utroligt blid - og nem at tage i anvendelse. Kurset indeholder både teori og praktisk træning af cupping. Der demonstreres mange forskellige typer kopper, og du vil blive guidet i, hvilke kopper, der kan anvendes til hvad. Kurset er for alle uanset baggrund, du lærer de grundlæggende teknikker til i den effektive behandlingsform, som du kan tage hjem og straks efter tage i anvendelse.

#### De sansende hænder

UNDERVISER: JAN ALMSKOU

*Startdato: 19. juni kl. 9 - 15.30 2016*
*Der udstedes kursusbevis.*
*Pris: 1.200 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 3. juni 2016*

Styrk sanseligheden i dine hænder og bliv bedre til alt det, du allerede kan. En inspirerende kursusdag sammensat af teori og mange sanseøvelser for hænder og hjerne, lettere meditation samt workshop med øvelser, der kan bruges hjemme og i klinikken.

### Regnskab

*Underviser: Maiken Kjeldsen*
*Startdato: 16. - 30. august 2016*
*Tid: tre tirsdage fra kl. 17 - 21, ialt 12 timer.*
*Pris: 1.200 kr. inkl. kompendie.*
*Tilmeldingsfrist: 8. august 2016*

Kurset er for den helt nystartede klinik, der skal i gang med den administrative del af klinikken. Vi starter fra scratch med oprettelse af CVR-nummer og virksomheds-NEM-ID, for de, der ikke har det i forvejen. Herefter undervises du i lønsumsindberetning og i daglig regnskabsføring, virksomhedsformer, lovgivning fra Skat, årsopgørelse, m.v. Vi sætter dit eget regnskab op på kurset, så du kan arbejde videre med det efterfølgende. Kurset er for de, der kun har meget beskedne - eller slet ingen - regnskabskendskab i forvejen.

### Zoneterapibehandling efter 5-elementer

UNDERVISER: JAN ALMSKOU

*Den 16. - 17. sept. fre. 16.30-21.30 og lør. 9-17.*
*Efteruddannelse af zoneterapeuter.*
*Der udstedes kursusbevis.*
*Pris: 2.600 kr. inkl. kompendie.*
*Tilmeldingsfrist: 2. september 2016*

Ud fra principperne ” Det man giver fokus, vokser” og ”Skab frit flow, så klarer kroppen resten” har Jan Almskou i en del år arbejdet med at skabe nye systemer, der er sammensat af de zoner, vi allerede kender, men kombineret på en måde, der er målrettet de diagnoser, vi stiller ud fra meridianerne og de 5 elementer. På kurset vil de nye systemsammensætninger og andre udvidede behandlingsmuligheder for hvert af de 5 elementer blive gennemgået, vist og øvet. Du vil blive undervist i, hvornår disse behandlingssammensætninger kan være en fordel frem for traditionelt sammensatte systemer, og hvornår det ikke vil være det. Teknikker til at arbejde med energien vil være integreret i de praktiske øvelser. Overordnet og fælles for alle behandlingstiltagene er at skabe frit flow i og mellem meridianerne/elementerne. Du får her en meget målrettet behandling, der tager fat i problemets rod uden at miste det holistiske fundament, som godt kan gå tabt ved anden symptombehandling. □

## ZCD – Skive

DÅSBJERGVEJ 7c, VRIDSTED, 7800 SKIVE,
ALTERNASKOLEN TLF. 29 92 01 00
www.alternaskolen.dk

### Informationsaften

UNDERVISER: BIRTE MARK

*Den 18. april 2016*
*Pris: Gratis*
*Tilmeldingsfrist: 15. april 2016*

Her kan du høre om de uddannelser som skolen tilbyder. Du er også velkommen til at kontakte skolen for en personlig samtale omkring uddannelserne.
**Læs mere på www.alternaskolen.dk eller www.zcd.dk**

### Efteruddannelse KST RAB

UNDERVISER: JENS DYBDAL

*Startdato: 13. - 15. april 2016*
*Pris: 3.000 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 11. april 2016*

Se www.alternaskolen.dk og på www.zdc.dk

### Tankefelterapi RAB

UNDERVISER: LARS MYGIND

*Startdato: 7. maj - 2. oktober 2016*
*Pris: 13.800 kr.*
*Aftales med Alternaskolen eller Lars Mygind*
*Tilmeldingsfrist: 29. april 2016*

Se www.alternaskolen.dk eller www.larsmygind.dk

### Mediumskabs-kursus I

UNDERVISER: TONE MARIE BERGE

*Startdato: 28. - 29. maj 2016*
*Pris: 2.500 kr.*
*Se mere om tilmeldings- og betalingsbetingelser på www.alternaskolen.dk*
*Tilmeldingsfrist: 13. maj 2016*

Lær at bruge din intuition mere optimalt. □

## ZCD – Køge

VESTERGADE 18 B, 4600 KØGE
TLF. 24 40 40 18
www.zcdskole.dk

### Akupunktur-uddannelsen - Weekend RAB

UNDERVISERE: CLAUS SØRENSEN OG NIGEL CHING

*Startdato: 11. juni 2016 - 5. januar 2019*
*Pris: 59.850 kr. ekskl. anatomi/fysiologi, sygdomslære og supplerende fag:*

På uddannelsen lægges der i undervisningen stor vægt på, at man som behandler efter endt forløb, står med en god værktøjskasse. Det er unikt for uddannelsen på vore skoler, at Shen-Ham-mer pulssystemet er en integreret del af undervisningen. Uddannelsen er godkendt afPA og DA (Praktiserende akupunktører og Danske Akupunktører)

### Øreakupunktur I RAB

*Underviser: Søs Korte*
*Startdato: 24. - 25. juni 2016*
*Pris: 2.200 kr.*

Øreakupunktur er en selvstændig behandlingsform, der kan bruges til at forstærke dine zoneterapi-, akupunktur, kraniosakral- og/eller massagebehandlinger. Du lærer hvordan du kan stimulere punkterne i øret med forskellige teknikker og hvordan du kan benytte øret som et ekstra diagnoseredskab. Kurset sigter på, at deltagerne umiddelbart bagefter vil kunne bruge den nye behandlingsmetode til bl.a. smertebehandling, rygeafvænnning og appetitregulering. □

## ZCD – Holbæk

JERNBANEPLADS 2, 2. SAL, 4300 HOLBÆK
TLF. 24 40 40 18
www.zcdskole.dk

### Medicinsk Qi Gong RAB

UNDERVISER: METTE G. OLSEN
*Startdato: 29. - 30. april 2016*
*Pris: 1.800 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 15. april 2016*

Qi Gong er en klassisk kinesisk helbredelsesmetode med 5000 år gamle rødder. En metode til aktivt og bevidst at forny kroppens livskraft. Qi Gong er en af grundpillerne inden for traditionel kinesisk medicin. Den bygger på samme medicinske og filosofiske tænkning som akupunktur, dog med den forskel, at man med Qi Gong behandler sig selv.

#### Øreakupunktur I RAB

UNDERVISER: SØS KORTE

*Startdato: 17. - 18. juni 2016*
*Pris: 2.200 kr.*

Øreakupunktur er en selvstændig behandlingsform, der kan bruges til at forstærke dine zoneterapi- og/eller massagebehandlinger og samtidig aflaste dine hænder uden, at det går ud overbehandlingsresultaterne. På kurset lærer du hvordan du kan stimulere punkterne i øret, med forskellige teknikker og hvordan du kan benytte øret som et ekstra diagnoseredskab. Kurset sigter på, at deltagerne umiddelbart bagefter vil kunne bruge den nye behandlingsmetode til blandt andet: Smertebehandling, rygeafvænnning og appetitregulering.

### Kost, ernæring, vitamin- og mineralære RAB

UNDERVISER: FREDE DAMGAARD

*Startdato: 2. - 17. december 2016*
*Pris: 4.400 kr.*

”Mad skal være din medicin og medicin skal være din mad.” *Hipokrates.*

Lær at understøtte klienten via kosten til en bedre balance og velvære. Supplerende kost og råd er støttende og givende i bl.a. kombination med behandlinger. □

## ZCD – Hjørring

IDRÆTS ALLE 45, 9800 HJØRRING
TLF. 40 43 28 16
www.vendssysselhelseskole.dk

### Grundkursus Kinesiologi RAB

UNDERVISER: EBBA THOMSEN

*Startdato: 19. april - 14. juni 2016*
*Forløber over 9 tirsdage 16-22*
*Pris: 7.000 kr.*

På kurset lærer du at teste kroppens 42 organrelaterede muskler og rette energien via flere forskellige afbalanceringsmetoder, eks. får du kendskab til meridianer, organuret, 5 element teorierne, neurolymfatiske punkter, neurovaskulære punkter mm. Du lærer at teste positiv og negativ kost, lave stress frigørelse og meget mere. Modulet kan læses ale-ne, men er også første modul i hele kinesiologi uddannelsen.

### Reiki II RAB

UNDERVISER: PADAM CHRISTO BLAACH
*Startdato: 22. - 24. april 2016*
*Pris: 4.500 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 15. april 2016*

På Reiki II gør du forbindelsen til Reiki kilden stærkere, du lærer bla. at sende fjernhealing og bruge mental healing. Der vil være meget mere power på din Reiki healing.

### Kost, ernæring, vitamin- og mineralære RAB

UNDERVISER: FREDE DAAMGAARD

*Den 7. - 8. maj og d. 4. og 5. juni 2016 kl. 9-17*
*Pris: 4.400 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 2. maj 2016*

Lær at understøtte klienten via kosten til en bedre balance og velvære. Supplerende kost og råd er støttende og givende i bla. kombination med behandlinger. Frede Damgaard er en kendt foredragsholder og har gennem mange år undervist om helse og sundhed, sund kost og ernæringsterapi, og er uddannet DET Ernæringsterapeut, Biopat/Naturopath samt phytoterapeut/urteterapeut.

### Pulsdiagnose RAB

UNDERVISER: CLAUS SØRENSEN

*Undervisning 2 weekender (fre-søn) d. 27. -29. maj og 28. -30. okt. 2016*
*Pris: 7.200 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 23. maj 2016*

Undervisning af Claus Sørensen for Akupunktører i Shen-Hammer Pulssystemet. Se hjemmesiden for mere information.

### Markedsføringskursus RAB

UNDERVISER: GITTE MØLBAK

*Startdato: 11. - 12. juni 2016*
*Pris: 2.400 kr. ønsker du kun at deltage én af dagene er prisen 1.500 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 30. maj 2016*

Du lærer at bruge de gratis marketingværktøjer - Wordpress til opbygning af hjemmesiden, Mailchimp til udsendelse af nyhedsbreve og Facebook (uundværlig markedsføring).
Dag 1: Oprette din hjemmeside med menu-punkter, udgivelse af blogindlæg, indsætning af billeder og tekster mv. og vi sørger for, at din side er søgemaskineoptimeret. Du får ”case mappe” med hjem, som du kan bruge som opslagsværk, når du efterfølgende skal opdatere din hjemmeside.
Dag 2: Oprettelse af Mailchimpkonto og Facebookside som integrerer det med din hjemmeside. Du lærer at oprette og udsende nyhedsbreve samt gode råd til, hvordan du skriver dem.

### TCM Kost RAB

UNDERVISER: FREDE DAAMGAARD

*Startdato: 18. - 19. juni 2016*
*Pris: 2.200 kr.*
*Tilmeldingsfrist: 13. juni 2016*

Denne weekend er specielt henvendt til Akupunktører som ønsker at lære mere om TCM Kost. □

# SOLARAY®

## 3 basistilskud

Multi-Vita-Min • Calcium-Magnesium • Omega 3·6·9



### Spektro2 Multi-Vita-Min

- Med B-vitaminer, der bidrager til at mindske træthed og udmattelse
- Vit. C, E og B2 samt zink og selen bidrager til at beskytte cellerne mod oxidativt stress
- I en kapsel for hurtig optagelse

### Cal-Mag 1:1 Citrat Med 25 mcg Vitamin D og 50 mcg K2.

- 4 vigtige byggesten til knoglesundheden: K2-vitamin, calcium, magnesium og Vitamin D bidrager alle til vedligeholdelse af normale knogler

### All Omega

3 stabile olier i 1 kapsel

- Fiske- Kæmpenatlysolie- og Hørfrøolie.
- 1200 mg olie pr. kapsel –heraf 550 mg fiskeolie
- Fiskeolie fra små fisk, rig på de vigtige Omega 3-fedtsyrer EPA og DHA
- All Omega stabiliseres af 3 antioxidanter for at sikre en optimal kvalitet

– købes i din lokale Matas og Helsekostbutik

Solaray står for kvalitet indenfor kosttilskudsprodukter. Kun rene og potente råvarer bruges i produktionen, der baseres på den seneste forskning. Solaray tilbyder et sortiment af letoptagelige vitaminer, mineraler, olier, mælkesyrer og urteprodukter.

Natur  
energi

www.naturenergi.dk