



אוגוסט תשע"א 2011
מהדורה ראשונה

תמצית העניין

כתב-עת מקצועי למטפלים ברפואה אלטרנטיבית



קוראים יקרים,

זה 25 שנה שאני עומד בראש חברת י.ד. שלוס לארומתרפיה מסורתית. אם תקופה זו חלפה במהירות, זה כנראה מפני שתחום הרפואה האלטרנטיבית הוא תחום כה רחב, מרתק ודינאמי. הרפואה האלטרנטיבית היא תחום שצריך בשבילו ראש חזק, וגם לב חזק. זהו תחום שיש בו אתגר אינטלקטואלי לא מבוטל למי שרוצה להיות מומחה בתחום, אך עם זאת, תחום הדורש מהעוסקים בו להיות בעלי יכולות בין-אישיות מפותחות ורגישות רבה. אלו, בין היתר, הדברים אשר גורמים לי להנות מעיסוקי כיום, בדיוק כפי שנהנית בתחילת דרכי.

כתב-עת זה מאפשר לי לחלוק עמכם את אהבתי והנאתי זו. אני מברך על יציאתו לאור, ובטוח שהוא יהווה נדבך נוסף ומוצלח במערכת היחסים של מרכז שלוס ומוריו עם ציבור המטפלים.

אני מאחל לכולכם שנה טובה, מלאה באהבה, שנת צמיחה, גדילה והתפתחות.

שלכם, חיים שלוס

בגליון זה:

- כאב ושמיים אתריים עמ' 2
- טיפול בתסמונת קדם-ווסתית עמ' 4
- לא לפחד כלל - פרחי באך עמ' 6
- אנמו-תרפיה עמ' 8
- אנמיה ואיזון צ'אקרות עמ' 10
- קו החיים- כירולוגיה עמ' 12
- במטבח עם ציפי שלוס עמ' 14
- קורסים והשתלמויות עמ' 16
- סדנאות, פאנלים, הרצאות מבוא עמ' 18
- קורסים ופעילויות מחוץ לת"א עמ' 20
- פרטי מערכת כתב-העת עמ' 20

קורס ארומתרפיה ושימוש בשמנים אתריים

מנחה: חיים שלוש

קורס ארומתרפיה ושימוש בשמנים אתריים מיועד למטפלים העוסקים ברפואה המשלימה ובמקצועות הרפואיים והפרה-רפואיים.

ההשתלמות בארומתרפיה ושימוש בשמנים אתריים מקנה כלי נוסף המעצים את יכולות הריפוי ואת האמצעים לטיפול במחלות שונות.

במהלך הקורס יינתנו שעורי העשרה על-ידי מרצים אחרים.

נושאי הלימוד:

- שמנים אתריים, תכונותיהם ואופן השימוש בהם.
- שילוב השמנים בסוגי הטיפול השונים.
- מבנה חוש הריח.
- שמני בסיס צמחיים.
- תמציות צמחים, תכונותיהן ואופן השימוש.
- סינרגטיקות של שמנים אתריים ודרכי טיפול.
- הדגמה טיפולית (פנים).
- שמנים אתריים- עזרה ראשונה במצב חירום וטיפול המשך.
- מבוא לפרחי באך.

משך הלימודים: 26 מפגשים

תנאי קבלה: תעודת מטפל (הכוללת קורס באנטומיה פיזיולוגיה) או תעודה באנטומיה ופיזיולוגיה.

מועד פתיחה בתל-אביב: 23.11.11, יום ד' 9:00-14:00

מועד פתיחה בחיפה: 24.11.11, יום ה' 15:00-21:00 (20 מפגשים)

מועד פתיחה בבאר-שבע: 5.12.11, יום ב' 15:00-21:00 (20 מפגשים)

מועד פתיחה בירושלים: 20.11.11, יום א' 9:00-15:00 (20 מפגשים)

מחיר: 2,900 ₪

התבוננות פנימה

בהנחיית חיים שלוש

מפגש מדיטציה עם שמנים אתריים

תאריך: 20.12.11 יום ג'

שעה: 9.30-12.30

מחיר: 80 ₪

לפרטים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040



כאבי ראש

שמן אתרי מנטה חריפה להרפייה ולהקלת הכאב. יש להטות את הראש לאחור על גבי מגבת מגולגלת, כדי למנוע זליגה של השמן לעיניים, לעסות את הראש והרקות עם שמן אתרי מנטה או תערובת של שמן אתרי מנטה ולבנדר או תערובת של קמפור ומנטה.

כאבי אוזניים

לכאב אוזניים אקוטי, יש להניח טיפת שמן אתרי לבנדר באפרכסת (לא בתוך התעלה!) ולכסות מיד בכוס זכוכית למשך 5 דקות.

כאשר ידוע שברקע הכאב קיימים זיהומים ודלקות, ניתן להשתמש בשמן LRS, המורכב מלבנדר, סלויה ורוזמרין בתוך שמן בסיס צמחי. אופן השימוש בשמן זה הינו: 1-2 טיפות לתוך האוזן וכן למרוח חיצונית בצורת V בכיוון מלמעלה למטה בלבד, משני צידי האוזן.

כאבי שיניים

כשמקור הכאב בשן, יש להניח 1 טיפת שמן אתרי ציפורן ישירות על השן הכואבת. יש לחזור מספר פעמים על פעולה זו, גם אם הכאב חולף. לכאבים שמקורם בחניכיים ולטיפול אנטיספטי בחלל הפה, יש לגרגר 1 טיפת שמן אתרי ציפורן + 1 טיפת שמן אתרי ג'וניפר, עם מעט מלח, בחצי כוס מים.

כל הכתוב הינו טעימה בלבד מן הדרכים לשימוש בשמנים אתריים לטיפול ולהקלת כאבים. אין הכתוב כאן מהווה תחליף לאבחון ולטיפול אצל רופא.



כאבי שרירים

לעוסקים בספורט ולמתעמלים, לאחר עבודה פיזית מאומצת - כשאין הקשבה לגוף והגוף מאבד נוזלים ומלחים, קיימת לכידה של חומצה לקטית בשרירים, הגורמת לכאבי שרירים עזים. להרפיית השריר ולשחרור

ה ח ו מ צ ה ה לקטית יש ל ה ש ת מ ש בתערובת של שמנים אתריים: בזיליקום + רוזמרין + לבנדר + מנטה + קרדמון, בריכוז של 10% - 6% על שמן בסיס צמחי. מומלץ שומשום. למרוח בעדינות על איזור השריר הכואב.

כאבי גב

ישנן סיבות שונות לכאבי גב. הן יכולות להיות פיזיות או ברמה הרגשית של האדם. בדרך כלל, התוצאה הינה התכווצות של זוקפי הגב והשרירים התומכים בעמוד השדרה.

יש למרוח על איזור החוליות והשרירים, בהתאם לצורך, תערובת של שמנים אתריים של: מנטה, קינמון, פלפל שחור, וניל, קינמון קמפורה, קפסיקום, ארז, לבונה וג'וניפר ביחס שווה, בריכוז של 10% לשמן קוקוס וארניקה.

כאבי כתפיים

לקיחת אחריות יתרה עשויה לגרום לנוקשות ולכאבים בכתפיים. יש להניח 1-2 טיפות שמן אתרי ארז על הכתף והטרפז העליון בתנועות ליטוף. יש להגביר לחץ על השריר בעדינות, עד לשחרור הנוקשות. ניתן למהול 10% שמן אתרי ארז בשמן בסיס צמחי להמשך הטיפול בבית.

כתף קפואה

כתף קפואה מתארת מצב, בו קופסית מפרק הכתף חולה, וסובלת מהידבקויות. מאפייני המחלה כוללים כאב וירידה בטווחי התנועה בכתף. יש לטפף 1-2 טיפות שמנים אתריים של ארז וג'וניפר על חיבור הכתף לזרוע ועל השכם, ולהחדיר בתנועות סיבוביות ממוקדות.



חיים שלוש ארומתרפיסט, מייסד י.ד. שלוש בע"מ

מה להריח כשכואב?



כאב הוא שפה בה משתמש הגוף כדי לתת ביטוי למצוקה. מקור הכאב יכול להיות פיזי או מטאפיזי. אבחון והטיפול בו, באמצעות שמנים אתריים טבעיים וטהורים, נעשה מתוך הבנת שפת הכאב ו"דיבור" איתו בדרכים רבות. ביניהן: הרחה, הדפה, טפטוף, מריחה עם או ללא שמן נשא, ליטוף, עיסוי, גרגור לאחר מהילה במים, הנחה על או מתחת ללשון ועוד. בכתבה זו נביא "מילון" קצר לעזרה ראשונה.

בכל כאב גופני קיים גם גורם פסיכולוגי ואי אפשר להפריד בין כאב פנימי לבין הכלי - הגוף. הטיפול בכאב באמצעות שמנים אתריים טבעיים וטהורים מתבסס על התבונה, שריח משפיע על הגורם הפסיכולוגי לכאב. כך, גם מצבים של התכווצות והסתגרות על רקע של כאב - אינם עוצרים את הריח מלהגיע אלינו, לפתוח חסימות ולעורר את כוחות הריפוי הטמונים בכל אחד. במאמר קצר זה, אביא בפניכם הצעות לטיפול בשמנים אתריים במצבי חרום או במצבי כאב חריפים, להשגת הקלה או הטבה מיידית.

המלצות לשימוש בשמנים אתריים בכאבים:

כאב כתוצאה ממכה או מחבלה

מכה או חבלה עשויות לייצר המטומה. המטומה היא צבר ממוקם של דם בתוך הרקמות או בחללי הגוף, שעיקר הרכבה הינו דם קרוש. מכה מהווה טראומה פיזית קשה, המערערת את מערכת העצבים ופוגעת בכלי הדם. להרגעה מיידית של הכאב ולטיפול בכלי הדם שנפגעו, יש לטפטף על המקום הפגוע תערובת שמנים אתריים המורכבת מלבנדר + ג'וניפר + הליקריסום + ציסטוס. שילוב שמנים זה מסוגל לפזר התלכדות של תאי דם.

כאבי מחזור

להרגעת כאב אקוטי, יש למרוח על הבטן, במיקום של 4 אצבעות מתחת לטבור, שילוב של 6%-10% שמן אתרי מרווה מרושתת + קימל לשמן שקדים (כשמן בסיס צמחי). למרוח מתערובת זו לפי הצורך.

התמונה בחזית > שמן אובליפיחה

אישה מונגולית בשעת קיטוף פרי האובליפיחה למטרת הפקת שמן, אשר צולמה על-ידי חיים שלוש בשנת 2006 בסיור לימודים של מרכז י.ד. שלוש למונגוליה.

שמן האובליפיחה הוא שמן ייחודי ממוצא מונגולי המשמש את המונגולים לעבור את החורף הקשה ביתר קלות. השמן עשיר מאד בוויטמין E, בעל תכולה גבוהה של בטא-קרופן ופלבנואידים שונים. כמו כן שמן האובליפיחה עשיר בחומצות שומן אומגה-3 (30%), אומגה-6 (40%) ו-אומגה-9 (19%).

השמן ידוע בפעילותו האנטידלקתית והאנטיביוטריאלית ובעל פעילות נוגדת חמצון. שמן האובליפיחה מעכב את תהליך הזיקנה ומסייע להורדת הכולסטרול באמצעות שיפור רמת ה-HDL.

השמן מקל גם על סימפטומים של כיבים בקיבה הודות לנוכחות הגבוהה של הפלבנואידים, כמו כן מסייע השמן לאיחוי וריפוי מהיר של העור במקרים של כוויות ונזקים אחרים העלולים לפגוע בעור.

■ השמן אינו תרופה וכל הכתוב אינו מהווה תחליף ליעוץ רפואי.



בתמונה מעל: קשיש מונגולי שותה את שמן האובליפיחה לבריאות טובה ועד 120

אבחון וטיפול

בתסמונת קדם-ווסתית



אילן הורביץ, C.A.
מורה לרפואה סינית, מטפל, ומחבר ספרי יסוד להוראת רפואה סינית בישראל

תופעות טרום-מחזור (תסמונת קדם-ווסתית, או P.M.S - בשפה המקצועית), נפוצות בקרב אחוז גבוה של הנשים בגיל הפוריות. התסמונת מתבטאת לרוב בכאבים, בצבירת נוזלים ואף בהפרעות רגשיות כגון דיכאון, תיאבון מוגבר, מתח וכעסים. בנוסף לסבל הגופני והרגשי, יש לתסמונת גם השלכות כלכליות, כתוצאה מהיעדרות נשים מעבודתן וכן השלכות חברתיות. לרפואה הסינית יש הסבר מדויק לתופעה וגם בשורה: טיפול יעיל בדיקור, המביא בדרך כלל הקלה משמעותית ושינוי אמיתי באיכות חייהן של נשים רבות.



אילוסטרציה - לילך לביא

אבחון התסמונת בדרך הרפואה הסינית

לפי הפיזיולוגיה של הרפואה הסינית, הכבד הוא האיבר האחראי על אגירת דם ושחרורו בזמן המחזור. צבירת הדם בכבד גורמת למצב של מעין "מלאות", או "חסימה" בכבד. כאב חד מוגדר כ"חסימת דם". ואכן, כל עוד לא החל דימום המחזור, הדם למעשה חסום. החסימה הזו גורמת בהמשך להופעת הרגש של הכבד, שהוא הכעס. התפרצויות כעס הן ביטוי של מצב הנקרא "אש מתפרצת של הכבד". ערוץ האנרגיה של הכבד (במסלולו הפנימי) עובר דרך החזה וחסימה בכבד גורמת גם לחסימה ולהפרעה בזרימת האנרגיה בערוץ (מרדיאן) הכבד. זה הגורם לסימפטום של תחושת גודש בחזה אצל נשים רבות. כמטפלים, אנו רואים לעתים יחד עם

התסמונת הקדם-ווסתית גם סימפטומים המאפיינים מצב של "חוסר ינג". ביניהם: רגישות לקור, גוון חיוור של הלשון וצורך בהטלת שתן בלילה. סימפטומים אלה מבטאים חולשה של החום הפנימי של הגוף ומצריכים התייחסות הולמת בתוכנית הטיפולית הפרטנית.

הטיפול המומלץ
דיקור במחטים.

נקודות הדיקור

- בנקודות לוויסות ולקירור הכבד
- בנקודות לוויסות בעיות גינקולוגיות ולהרגעת הכאב
- בנקודות לחיזוק ינג (החום הפנימי)

ניתן ורצוי לטפל בנקודות לחיזוק הינג בעזרת מוקסה בלבד, ללא דיקור במחטים.

בחודש הטיפול הראשון: יש לבצע סדרה של 3-4 טיפולים לפני הופעת המחזור. **בחודש שלאחר מכן:** יש לבצע טיפול אחד או שניים בלבד, כאשר התגובה לסדרה הראשונה היתה טובה.

טיפול משלים

שימוש בפורמולות צמחים סיניים יכול לקדם את יעילות הטיפול. מניסיוני כמטפל וכמכשיר מטפלים בדיקור ב-28 השנים האחרונות, אני יכול להעיד שבחירת נקודות הדיקור, מתוך מגוון הנקודות האפשריות לטיפול, היא המפתח למידת הצלחתו. אמנות הטיפול השלם בדיקור, היא שילוב בין מיומנותו של המטפל והתובנות שלו לגבי אישיותה וצרכיה הייחודיים של כל מטופלת.

קורסים בהנחיית

אילן הורביץ, C.A.:

קורס אקופונקטורה

(דיקור סיני)

קורס האקופונקטורה לפי שיטתו של ד"ר טין יאו סו, מורו של אילן, מתבסס על שיטת שמזנת העקרונות של הרפואה הסינית, ומטרתו רכישת ידע וניסיון באבחון סיני ובמתן טיפולים למגוון בעיות בריאות שונות. הקורס מחולק לשלבים.

שלב א': הבנה של ין-יאנג והתמצאות במצבי חוסר הרמוניה נפוצים של האברים הפנימיים, פיזיולוגיה של הרפואה הסינית, איסוף נתונים על-ידי תחקור המטופל והתבוננות על הלשון.

שלב ב': מיקום נקודות אנרגיה חשובות והשפעתן על הגוף.

במקביל משולבים שיעורים של עבודה מעשית במציאת הנקודות והטיפול בהם על-ידי דיקור במחטים וחימום בעזרת עשב הריפוי "מוקסה", שימוש בכוסות רוח, שיטות להקזת דם ושמונת הערוצים הנוספים.

השתלמות החייאה תועבר במהלך הקורס. רמת הקורס: מקצועית, מאפשרת יכולת אבחון וטיפול.

עם סיום הקורס יקבלו המשתתפים תעודת הסמכה מביה"ס הירושלמי לרפואה סינית (לאחר בחינת מעבר).

משך הלימודים: שנה, כ-200 ש"ל מועדי פתיחה:

1.9.11, יום ה' שעות 19:00-16:00.

2.5.12, יום ד' שעות 19:00-16:00.

3.5.12, יום ה' שעות 13:00-10:00.

מחיר: 7,200 ₪ (עד 10 תשלומים, לביור

תנאי תשלום והרשמה פנו אלינו)

סדנת כוסות-רוח

הקזת דם

מועד א': 4.10.11, יום ג', שעה 20:00-16:00

מועד ב': 21.3.12, יום ג' שעה 20:00-16:00

מועד ג': 24.7.12, יום ג' שעה 20:00-16:00

מחיר: 300 ₪.

סדנת שימוש במוקסה

מועד: 22.3.12, יום ד' שעות 14:00-10:00

מחיר: 300 ₪.

לפרטים והרשמה גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 054-8157808

ASPEN



המתודה של ד"ר אדוארד באך, המשתמשת בתמציות פרחים מיוחדות, מציעה פתרונות למגוון קשיים נפשיים, מתוך התבוננות וחיבור ל"אישיות" של כל צמח ורגישות לרסטים הייחודיים לו.

מבין 39 תמציות פרחי באך המרתקות בתכונותיהן וביישומיהן, בחרתי להציג בפניכם הפעם את תמצית האספן (**Aspen**) ושימושיה, לטיפול בסוגים שונים של פחד וחרדה, בהתאם למתודה הייחודית שפיתח ד"ר באך.



ציפי שלום
מרצה ומטפלת בפרחי באך

והעיקר לא לפחד כלל...

קורס פרחי-באך

מנחה: **ציפי שלום**

הקורס מבוסס על רעיון מרכזי הגורס כי האדם הוא חלק מהטבע, ומקבל את כוחותיו ובריאותו מזרימה בלתי מותנית של כוחות אלו.

על פי תמציות פרחי באך ניתן לזהות את חולשותיו של האדם, נטיות מחלותיו - ברמה הנפשית, הרוחנית והפיזית, ובעזרת תמציות אלו, נחזיר אותו למצב בריא יותר.

האדם האינדיבידואל נמצא במעגל בו הוא מושפע מהיקום כולו ועל-מנת שהאדם ירגיש בריא ויהיה בריא הוא צריך להיות במרכז המעגל.

נלמד כיצד לזהות את סטייתו של האדם מדרכו במעגל החיים וכיצד לעזור לו לחזור למסלולו המקורי, שבו יהיה בריא יותר, חזק יותר ומאושר יותר.

במהלך הקורס נלמד על פועלו של ד"ר באך, נלמד בצורה מעמיקה כל תמצית ותמצית, יילמדו שיטות אבחון, תשאול ושימוש מעשי בתמציות.

משך הלימודים: **10 מפגשים**

מועד פתיחה: **28.11.11, יום ב' שעות 16:30-19:30**

מחיר: **1,000 ₪**

מה מאפשרת התמצית למטופל בה?

- להגביר את היכולת להתחבר להדרכה הפנימית (אומץ וביטחון) ולחזוק רגשי.
- להפסיק את מצב חוסר השקט ולהתגבר על הפחד.

אופן הלקיחה:

1 טיפה תמצית אספן ב-1/4 כוס מים, 4 פעמים ביום, למשך 30 יום ולאחר מכן טיפה לפי הצורך.



■ תמציות פרחי באך אינן תרופה, וכל הכתוב כאן לא מהווה תחליף להתייעצות עם רופא. על-מנת לקבל טיפול בתמציות פרחי באך מומלץ להתייעץ עם מטפל מוסמך.

מידע מוטעה ומפענח אותו כמצב הישרדותי - מנגנון הפחד נכנס לעודף פעולה. לפחד יש נטייה להתעצם והפחדים הולכים ומתרבים ומתגברים. התוצאה היא בלבול, מפני שנקלט מידע נחוץ וגם מידע מיותר. ה"כאוס" הזה יוצר פחד במצב עודף.

מנגנון של פחד במצב עודף, אם אינו מטופל נכון, יכול להביא למצב של חיים בפחד, זהו מצב שלא קל לחיות בו, הגורם למתח רב, לחוסר שלוה ולדאגנות יתר - וסופו שהוא גורם למחלות.

המתודה הטיפולית של ד"ר באך בתמצית פרחי אספן

ד"ר באך בחר בפרחי האספן להכנת תמצית שתטפל בפחד הערטילאי. התמצית מקנה למטופל בה חיזוק רגשי, אומץ, העזה וביטחון.

באלו מצבים מתאים לטפל בתמצית אספן?

- חוסר בהירות וחוסר וודאות, ערפול, אי שקט, פחדים בלתי מוגדרים
- פחד לא מוסבר, כמו הפחד של פעוט המתעורר בלילה ורואה "דמות" על הקיר
- פחד עקב אמונות טפלות ומיסטיקה

מהו פחד? זהו רגש בסיסי, המופעל על ידי מערכת העצבים הסימפתטית כתגובה מיידית בעת עימות עם מצב המזוהה על ידי האדם כמצב של סיכון קיומי. פחד מפעיל את מערכת העצבים לתגובה מהירה של מאבק או בריחה (fight or flight) מול האיום המתקרב. מנגנון הפחד, שנוצר למטרת הישרדות, יוצר תחושה חדה וממוקדת, החולפת מהר יחסית, בהיותה קשורה לרוב בגירוי חיצוני ובאיום ממשי.

מהי חרדה? זוהי תערובת של רגשות והקשרים מעורפלים. חרדה, בשונה מפחד, היא תחושה ממושכת הצצה פתאום מסיבה בלתי ברורה, בעיקר כשחווים חשש מגורם כלשהו, שיש לו פוטנציאל לפגיעה באדם, להכאבה, או לגרימת נזק נפשי. חרדה היא מעין מנגנון אזעקה, שמתריע להיערך לקראת הסכנה ומעמיד את האדם במצב של כוונות מתמשכת כתוצאה מאסוציאציה רגשית, לקראת ההתמודדות עם הסכנה.

אבחון הבעיה: שיבוש במנגנון הפחד הטבעי

מחשבות ודימויים מסוגלים לחולל דפוס של פחד או של חרדה. כאשר הגוף מקבל

"הילינג הרבס". הטבע בא לעזרתך.

תמציות פרחי-באך תוצרת אנגליה באיכות בלתי מתפשרת ונאמנה להוראותיו של ד"ר אדוארד באך. חברת י.ד. שלום בע"מ היא היבואן והמשווק הרשמי של חברת "הילינג הרבס".

לפרטים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040

אנמו תרפיה



טיפול במגע תוך כדי תנועה



אלפונס טרשל
מפתח שיטת
"תאי יוגה תרפי"

על שיטת טיפול סינית עתיקה, אנמו תרפיה, אותה למד אלפונס טרשל במלזיה ממאסטר ידוע שם, בשנת 1985. הנחות היסוד, דרכי הטיפול וגם סיפור מאלף, המדגים את הדרך בה מכשירים מטפלים חדשים במזרח הרחוק.

בסינית, "אנמו" הינו שם כללי למושג "עיסוי": "אף" - לחוץ, "מו" - ללוש, לעסות את פני העור. אנמו תרפיה, היא שיטת טיפול סינית עתיקה, שממנה התפתחו תת-תורות עיסוי, כגון הטווינה, שהינה טכניקה המתבססת על תיאורית המרדיאנים ונקודות הלחיצה. התורה המסורתית המקורית רווחת בסין ובארצות דרום מזרח אסיה מזה מאות שנים.

איך עובדת שיטה זו?

שיטת ה"אנמו" נותנת פיתרון ותשובה מהירה ויעילה להפגת כאב, לשחרור חסימות ולחוסר איזון בגוף-נפש. הנחת היסוד של המטפל היא, שהגוף והנפש הם מערכת אחת, או במילים אחרות, שהגוף והנפש הם מצבי צבירה שונים של אותו מוח. לכן, לצורך טיפול בהפרעות נפשיות ניתן לגייס גם כלים וכוחות מהמערכת הגופנית ולהפך. כאשר קיים אי איזון כלשהו, הדבר יבוא לידי ביטוי בגוף. היו

כך לומדים לעסות במלזיה

בפינת האולם ישב מיסטר לים על שרפרף קטן, מול כסא עליו ישב המטופל. הוא שאל את המטופל מספר שאלות, ואז היה מתחיל לעסות את האזור הפגוע, לעיתים בעזרת תערובת שמנים חריפה, שלסירוגין שילב חימום במוקסה.

היה זה פלא בעיני, לראות איך המטופלים יוצאים בהרגשת הקלה ושחרור, כשכל התהליך נמשך עשר דקות בלבד. ניגשתי והבעתי בפניו את רצוני ללמוד ממנו. הוא הסכים והזמין אותי להצטרף אליו למחרת. הגעתי מוקדם בבוקר, מיסטר לים היה עסוק והאולם מלא במטופלים. הוא הביא לי שרפרף נוסף, הגיש לי שמן חריף, קרא לאחד האנשים שהמתינו בתור והורה לי להתחיל לטפל בו. הייתי מופתע. מיסטר לים הביט בי ואמר: "תעשה כמוני". כך התחלתי.

■ מתוך המבוא לספר: "תאי יוגה תרפי", מאת אלפונס טרשל

שתיארו את הגוף גם כארכיון מצטבר של הזמן, מרגע הלידה ועד לרגע זה, בו טמונות החוויות, שממשיכות להתקיים בגוף בצורת מצבי מתח, דפוסי תנועה ומבנה הגוף.

בשיטת טיפול מיוחדת זו, נעשה שימוש בעשרות וריאציות של מגע תוך כדי תנועה. מטרת הטיפול היא לשפר את זרימת הדם והאנרגיה בגוף, לשחרר חסימות היוצרות כאב, מחלות ומחשבים בשרירים, בגידים ובמפרקים.

השיטה יעילה בעיקר במקרים אורטופדיים ובבעיות שלד ושריר, הדורשים טיפול נקודתי מעמיק, כגון: גב תחתון, כתף קפואה, צוואר, מרפק טניס, בעיות ברכיים וכאבי ראש.

■ קורס "אנמו תרפיה" בהנחיית אלפונס טרשל ייפתח במרכז שלוס בתאריך 31.10.11, יום ב' שעות 10:00-14:00. משך הקורס: 12 מפגשים. מחיר הקורס: 2,200 ₪.

קורס נקודות טריגר

מנחה: אלפונס טרשל

סינדרום הכאב המיופציאלי - (myofascial pain syndrome) הוא סינדרום כאב שרירי הכולל תופעות אוטונומיות או כאב המוקרנים על ידי נקודת טריגר - (trigger points).

הסינדרום עלול להיות אקוטי או כרוני וברוב המקרים מלווה בנקודות שריריות, עייפות והפרעות שינה.

נקודת הטריר היא נקודה בעלת סף גירוי גבוה בתוך קבוצת סיבי שריר שלד מכווצים, הנמצאת בשריר ו/או בפסציה. הנקודה תכאב בעת לחיצה ויכולה לגרום לכאב מוקרן.

בקורס נלמד לזהות, לטפל ולאתר כשלים תנועתיים של האדם, ליקויי יציבה, כאבי שרירים, עומס, פגיעות אורטופדיות. ההבחנה מבוססת על היסטוריה ובדיקה גופנית.

לאחר ההבחנה, הטיפול ילווה בתהליך שיקום.

משך הלימודים: 8 מפגשים
מועד פתיחה: 5.9.11, יום ב' שעות 16:30-20:30
מחיר: 1,600 ₪

קורס עיסוי שוודי

מנחה: חלי טרשל

בעידן המתחים והלחצים הפך העיסוי השבדי למוביל בתחום הרפואה המשלימה, עיסוי זה הינו כלי טיפולי העושה שימוש בטכניקות מגע ובשילוב הפילוסופיה ההוליסטית. העיסוי מתבצע עם שמנים (או כל אמצעי החלקה אחר) עי' תנועות של החלקה, לשיה, סחיטה וכו' ובכך משפיע על הגוף-נפש ומעודד את הגוף לרפא את עצמו.

תוך עבודה על כל שכבות הרקמות הרכות בגוף, ניתן לזהות ולשחרר מתח בשרירים, לעזור להפיג מתחים ולשחרר אנרגיות חיוביות.

העיסוי השוודי תורם לחמצון הדם, ניקוז לימפטי, ואיזון כל המערכות בגוף נפש. כתוצאה מכל אלה העיסוי נותן הרגשת חיוניות כללית. העיסוי השבדי מהווה כלי בסיסי עבור כל מטפל בתחילת דרכו, הוא טיפול רווח ומבוקש.

משך הלימודים: 10 מפגשים
מועד פתיחה: 11.9.11, יום א' שעות 16:30-20:30
מחיר: 1,800 ₪

עיסוי רפואי שיקומי

מנחה: אלפונס טרשל

שיטה המורכבת מטכניקות עיסוי מתקדמות ומגוונות, זוהי שיטת טיפול מדעית דרכה תוכל לטפל ברמות עמוקות של גוף נפש.

בקורס נלמד את עקרונות העיסוי השונים והשפעתם על הגוף. נתרגל את הטכניקות בכל חלקי הגוף לטיפול בפתולוגיות נפוצות וכל סימפטום ילמד לעומקו ולגופו.

מטפלים רבים במגע ותנועה חשים כי חסר להם ידע אשר ישפר את רמת הטיפול. תכנית לימוד זו תספק ידע תיאורטי ומעשי רחב.

נלמד לאבחן את המקור והמכניזם הגורמים לכאב והגבלה בתפקוד, נלמד לזהות האם הבעיה בתנועתיות, הקרנה מנקודת טריגר או הפרעה במערכת העצבית ועוד.

נושאי הלימוד:

טכניקות לעיסוי בדגש על יציבה נכונה למטפל. אבחון לפי כל איזור בגוף והפתולוגיות האפשריות. בדיקת מפרקים פריפריים ועמוד השדרה. אנטומיה. הפגת מתחים ולחצים. היגינה ואתיקה מקצועית. יחסי מטפל מטופל. אנמזה. ועוד...

תנאי הקבלה ניסיון בטיפולי מגע וידע בסיסי באנטומיה.
משך הלימודים: 20 מפגשים
מועד פתיחה: 27.11.11, יום א' שעות 16:30-20:30
מחיר: 3,800 ₪
דמי רישום לקורס - 400 ₪ - המהווים חלק משכר הלימוד הכולל

קורס עיסוי אירווודה

מנחה: אלפונס טרשל

שם כולל לרפואה עתיקה שפירושה מדע החיים, אשר מקורה בהודו. עיסוי האירווודה - אחת ה"מתנות" שהוענקו לנו על-ידי חכמי הרפואה של הודו העתיקה.

האירווודה היא שיטת אבחון וטיפול בת אלפי שנים ובנוסף דרך חיים, המלמדת כיצד להגן ולשמור על בריאות הגוף והנפש של האדם. שיטת הטיפול באירווודה כוללת טיפולי גוף מגוונים.

הקורס מיועד לקהל הרחב ולמטפלים הרוצים העשרה.

משך הלימודים: 10 מפגשים
מועד פתיחה: 11.9.11, יום א' שעות 16:30-20:30
מחיר: 1,800 ₪

לפרטים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040

אנמיה

כשהרוח זקוקה לשורשים



אלון אטיאס
מנחה הסדנה לאיזון צאקרות בעזרת שמנים אתריים

במדור זה מביא אלון אטיאס תיאור מקרה, שמאפשר לנו להבין את החשיבה הטיפולית העוסקת באיזון צ'אקרות באמצעות שמנים אתריים, בשילוב עם תזונה ועם הנחיות לאורח חיים מתאים.

סיפורה של ג'

ג' התלוננה שבזמן האחרון גילתה כי היא סובלת מאנמיה וכי בשנתיים האחרונות גם המחזור החודשי שלה אינו סדיר, עד כדי כך שלפעמים הוא "נעלם" אפילו לכמה חודשים. היא הוסיפה ואמרה, שמזה מספר שנים היא נמצאת במסע של חיפוש רוחני, כולל סדנאות להתבוננות פנימית, שהאירו לה כיוונים שונים.

התישאל

ג' ענתה בחיוב לשאלותי: "האם את סובלת גם מכאבים ברגליים או בגב התחתון?" "האם את סובלת לפעמים ממצבי רוח, כמו דיכאון או חרדה?" "כשבמענה לשאלותי בנושאי זוגיות, עבודה ובית ומקומם במציאות חייה, הסתבר שהם בגדר מציאות נשאפת בלבד עדיין – זיהיתי את נקודת החולשה, שבה עלי להתחיל את הטיפול."

ניתוח המקרה

בעבודתי עם מטופלים באיזון צ'אקרות, אני רואה את החיבור של גוף-נפש בצורה ברורה ומדויקת. תשובותיה של ג' הצביעו בבירור על חולשה בצ'אקרת הבסיס (המכונה גם צ'אקרת השורש) והחלטתי להתחיל לטפל בחיזוקה. ג', כמטופלים רבים שאני פוגש, רצתה לטפל בצ'אקרת הכתר או בצ'אקרת הלב, אבל למעשה זיהיתי שמשיכתה לרוח לוקה בהעדר שורשים באדמה, שבלעדיהם אינה יכולה להשיג את משאלותיה. כאשר הבסיס יוצא מאיזון ויש חוסר, יכולה להתפתח אנמיה. ברפואה ההוליסטית ידוע, שבמצב של חוסר דם, גם שמחת החיים הולכת ופוחתת, המרץ והאנרגיה יורדים ופעמים רבות, אצל נשים, גם המחזור החודשי נעלם איתו.

הטיפול בתערובת שמנים אתריים

- **בקבוק מס' 1 מערכת הצ'אקרות שלנו.** מכיל שמנים אתריים כמו **אנג'ליקה**, המופק משורש וידוע כצמח מאוד סטימולנטי, שעוזר גם לנשים שרוצות להיכנס להריון.
- **ארז וסנדלוד**, מופקים מגזע עץ ועוזרים לטעת יציבות, חוזק וביטחון עצמי במטופל.
- **פטשולי**, שהוא בעצם צמח שגדל על האדמה וריחו כריח הטחב, מזכיר למטופל את האדמה ומחזק שוב את יסוד האדמה.

אופן השימוש המומלץ:
מריחה על הפולסים כמה פעמים ביום, הרחה ואפילו ענידה של התמצית על הגוף במשך שבועיים-שלושה.

טיפול משלים במקביל

תזונה: גם למזון ולתדר שלו יש השפעה על הגוף שלנו. לכן, המלצתי לג', בנוסף, להוסיף לתפריט שלה ירקות שורש כמו: סלק, בטטה, גזר, סלרי, בצל, צנון וכו'.

פעילות גופנית: המלצתי לג' לעסוק בספורט המפעיל את השרירים ומחזק את הגוף ומחזור הדם.

תדרי הלבוש: כידוע, צבע אדום הוא צבעה של צ'אקרת הבסיס. פעמים רבות מסתבר שלאנשים שצ'אקרת השורש שלהם חלשה, אין לבוש אדום כלשהו בארון. לכן, המלצתי לג' להוסיף צבע אדום כלשהו ללבוש שלה (לבוש חיצוני או אפילו פריט כלשהו גם בשכבות היותר פנימיות כמו גרביים או תחתונים). מה שחשוב הוא, שהתדר של הצבע יירשם בזיכרון של המטופל.

תגובה לטיפול

לאחר שבועיים קיבלתי טלפון מג'. היא ביקשה שניפגש ואמרה שיש לה מה לספר לי. כשנפגשנו, ראיתי טיפוס הרבה יותר

”גם כדי להגיע לרמה רוחנית גבוהה ביותר בצ'אקרת הכתר, חשוב להיות נטוע עמוק-עמוק בשורש באדמה

אנרגטי. זה ניכר הן בקול ובדיבור שלה והן בחיוניות של הגוף שלה. היא סיפרה לי, שבמהלך הטיפול "ירדו לה כמה אסימונים" ובעצם היא מרגישה שחיה די הרבה זמן בתוך בועה מסוימת ולא היה לה כח לקום ולפעול. עכשיו היא מרגישה שהיא חייבת להתחיל לזוז ולהציב מטרות ולפעול. היא ביקשה שנתחיל לעבוד על זה ביחד.

פריצת דרך

כמטפל, זיהיתי אצל ג' פריצת דרך גדולה. עצם זה שבן אדם מבין שמהוה בדרך שלו, בצורת החשיבה שלו, לא עבד ומנסה לפתור את הבעיה ולנסות דרך חדשה וקם וזז מהמקום הנוח (הרגיל) למקום של עבודה – הוא הדבר החשוב בעיניי בתהליך. כמטפל, זה ממלא אותי סיפוק, כי אני רואה כל הזמן את מעגלי ההשפעה, המתחוללים כשאדם שעושה שינוי מעניק השראה לסובבים אותו, ובראש ובראשונה למשפחתו.

על צ'אקרת השורש (Muladhara)

"לדעתי, צ'אקרת השורש שלנו היא החשובה ביותר והבסיס לכל הדברים בחיים. היא אחראית לכח היצירה, לשמחה, לעשייה וליציבות שלנו בחיים ומשפיעה על כל שש הצ'אקרות האחרות. היא בעצם הבסיס לבית שלנו. כאשר היא יציבה - כל הבית שלנו יציב. גם כדי להגיע לרמה רוחנית גבוהה ביותר בצ'אקרת הכתר, חשוב להיות נטוע עמוק-עמוק בשורש באדמה. ככל שאדם יציב באדמה, כך יכולתו לצמוח לרוח גבוהה יותר. צ'אקרת השורש אחראית על הדם וייצורו במח העצם שלנו (שהוא, כידוע, מרכז יסוד האדמה בגוף)."

אלון אטיאס

קורס איזון צ'אקרות

מנחה: אלון אטיאס

מקור המילה "צ'אקרה" מסנסקריט עתיקה ופרושה: גלגל מסתובב. צ'אקרות הינן שבעה מרכזי אנרגיה הממוקמים בגופנו חיים ופועמים ומייצרים תדרים אנרגטיים, מושפעים מרמת המודעות שלנו, ומשתקפים בתחומי חיינו השונים: הפיזי, המנטלי, הרגשי והרוחני (ככל שמופר האיזון בצ'אקרות כך גם יופר האיזון בתחומים האלה).

בקורס נלמד מתודות טיפוליות ודרך לאבחון בראיה רחבה יותר של מצבי חוסר ועודף במרכזי האנרגיה הללו.

נלמד מה משפיע עליהם, אילו דפוסי חשיבה ואמונות מגבילות נטענו בתוך מרכזים אלו ואיך זה משפיע עלינו בחזרה

במהלך הקורס נרכוש כלים לשחרור ואיזון הצ'אקרות ביניהם: שמנים אתריים, תמציות אמ, תמציות פרחי באך, צבעים מדיטציה ועוד. בקורס כל משתתף ילמד לטפל בעצמו בקרובים לו ובמטופלים שלו.

משך הלימודים: 12 מפגשים
מועד פתיחה: 1.11.11, יום ג' שעות 17:30-20:30
מחיר: 1,480 ₪

סדנה לפיתוח יכולת מכירה ושיווק עצמי

מנחה: אלון אטיאס

הסדנה עוסקת בנושאים: הייחוד שלי כאדם וכמטפל, בניית מאגר לקוחות ושימור לקוחות, שיווק עצמי והגדלת מכירות, יחסי ציבור ופרסום, תמחור מוצרים. במהלך הסדנה נתמקד בהיבטים של מודעות עצמית: הגדלת הקבלה העצמית והשפעה, הגדלת הביטחון העצמי, לקיחת אחריות על העשייה והיכולות שלי, אמונה עצמית, חזון ויעדים.

מועד פתיחה: 6.9.11, יום ג' שעות 9:30-12:30
משך הלימודים: 3 מפגשים, מחיר: 450 ₪

לפרטים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040

קו החיים הביוגרפיה של האדם



יובל בצרי

מנחה קורס לקריאה בכף יד
ומורה לבירוגנומי (אבחון אנרגטי)

"קווי היד הם קווים חיים", מבהיר יובל בצרי. "קווים אלה משתנים בהתמדה לאורך חיינו וחורתם בכף היד את מסלולם, כביטוי של תת-המודע והפרשנות שהוא נותן למציאות."

איך ניתן לפרש את קו החיים ומה הוא נותן לנו כמטפלים וכמאבחנים? הצצה לתחום מרתק - במאמר שלפניכם.

קו החיים הוא הקו הראשון שנוצר בכף ידו של העובר והוא החשוב ביותר להבנת האדם. הוא נקרא כך, כי הוא מספר לנו על הביוגרפיה שלו, פשוטה כמשמעה: "בני" = חיים ו"גרפיה" = כתב (קו).

מיקום ואפיונים

קו החיים מתחיל מאמצע המרחק בין בסיס האצבע המורה והאגודל ומקיף את גבעת ונוס, שהיא האזור התפוח ביד. קו זה מייצג את החיוניות הפיזית והנפשית של האדם וכן את איכות חייו ואת יכולתו למצות את החיים. אורך הקו וחוזקו יכולים להשתנות. קו חיים קצר אצל אדם צעיר יכול להשתנות. למעשה, עד גיל 17 עובר קו החיים שינויים רבים כל כך, שאין להעריך תוחלת חיים צפויה על פיו לפני גיל זה.

ככל שקו החיים יותר שלם, עמוק וזורם לכל אורך גבעת ונוס ומקיף אותה ללא הפרעות, כך הכוח הפיזי, הסיבולת הנפשית והאנרגטיות של האדם יהיו גבוהים יותר.

מה ניתן לקרוא בקו החיים?

קו החיים משקף את הגורל שאיתו נולדנו ולאן פנינו מועדות. אנחנו יכולים ללמוד מקו החיים אודות העבר והשפעתו על האדם היום; העתיד עד שנתיים-שלוש קדימה ומגמות כלליות עתידיות עד 10 שנים קדימה; המטען הקארמטי של האדם והאם יש לו "מלאך" ששומר עליו; מצב עמוד השדרה והחוליות בהווה ובעתיד וכן סימנים סובייקטיביים לגבי האופן שבו יסתיימו חייו.

מה היא קריאה בכף היד?

קריאת כף היד היא פענוח של הסימנים השונים בכפות הידיים - קווים, גבעות ועוד, שהם ביטויים של תת-המודע וכיצד הוא מפרש את המציאות. קווי היד נוצרים פיזית על ידי קליפת המוח ומשתנים בהתמדה. מכאן, לא מפתיע שפתולוגים אומרים כי הקווים נעלמים מכף היד 45 דקות לאחר המוות. כל עוד האדם חי, תמיד יהיו בכף ידו קו החיים, קו הראש וקו הלב. באמצעות קריאה בכף היד - ובדגש על קו החיים - ניתן להבין ולזהות בקלות נקודות חולשה, לכוון את האדם לעתיד טוב יותר ולאפשר לו לשפר את איכות חייו.

אילוסטרציה:
לילך לביא



קורס כירולוגיה - קריאה בכף היד

מנחה: יובל בצרי

קווי היד נוצרים פיזית על-ידי קליפת המוח ומשתנים בהתמדה. מכאן, לא מפתיע שפתולוגים אומרים כי 45 דקות לאחר המוות נעלמים הקווים מכף היד. קריאת כף היד היא פענוח של הסימנים השונים בכפות הידיים - קווים, גבעות וכו'. אלו הם ביטויים של תת-המודע וכיצד הוא מפרש את המציאות.

במהלך הקורס נלמד לאבחן ולטפל באדם בתקופות חייו - עבר, הווה, עתיד בנושאים כמו: מהלך החיים הצפוי, זוגיות, ילדים, יעוד מקצועי, בריאות, הצלחה כלכלית, מצפון, מוסר, אגו, כושר הסתגלות, התמודדות עם אילוצים וזוהה את יכולות התקשורת שלו עם הסביבה - כולל תקשור. בנוסף נלמד אף לטפל באמצעות שיטת "הכתיבה" בכף היד שמאפשרת גישה נוחה לתת-המודע של המטופל.

השיעורים ילוו בתרגול שוטף על התלמידים עצמם ומתוך צילומים וסריקות כפות ידיים של אחרים.

משך הקורס: 10 מפגשים

מועד פתיחה: 27.11.11, יום א' שעות

17:30-20:30

מחיר: 1,500 ₪

בירוגנומי - שיטת אבחון וטיפול אנרגטי

מנחה: יובל בצרי

הבירוגנומי הינה שיטה אנרגטית יעילה המשמשת לאבחון וטיפול בנושאים של בריאות הנפש והגוף, האקולוגיה האנרגטית (האנרגיה מסביבנו) וכן מודעות ותקשור. השיטה קלה ללימוד ואף קלה ביותר לשימוש. הטיפול והאבחון יכולים להתבצע מרחוק וכן מקרוב.

במהלך הקורס נלמד את כל עקרונות השיטה ואיך לקצר משמעותית את זמן הטיפול המקובל בשיטה זאת. בסיום הקורס נדע כיצד אנחנו יכולים לעזור לעצמנו ולאחרים באמצעות ארגז כלים מגוון.

משך הלימודים: 10 מפגשים

מועד פתיחה: 1.11.11, יום ג' שעות

10:00-13:00

מחיר: 1,350 ₪

לפרטים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040

סדנת קריאה בכף היד

בהנחיית יובל בצרי

למי שרוצה לטעום מתחום הקריאה בכף היד, אתם מוזמנים לסדנה קצרה בת מפגש אחד בה נלמד לאבחן את אופי האדם שמולנו באמצעות קריאה בכף היד בנושאים הבאים: מצפון, מוסר, אגו, כושר הסתגלות בחיים (גם עסקית), נדע לאבחן את אופי הגישה של האדם לכסף, ידע/מידע, מסגרות בחייו, וכן את יכולות התקשורת שלו עם הסביבה.

תאריך: 18.10.11, יום ג'

שעות 9:00-16:00, מחיר: 350 ₪

תבלינים? הצחקתם אותי

"כבר שנים שאינני משתמשת כמעט בתבלינים רגילים", אומרת ציפי שלום • היא אירחה אותנו במטבח שלה כדי לחלוק איתנו את קסם הבישול והאכילה עם השמנים האתריים • יצאנו משם עם שני מתכונים מעוררי תיאבון, אך גם בריאים וכשוטים • קבלו.

השמנים האתריים הם תמצית הטעם והריח בצמחים ובעיקר בצמחי תבלין. תמציות אלו משמשות אותי בבישול בתור 'המשהו' שנותן את הטעם וכן את הניחוח של האוכל, כך מספרת לנו ציפי. "דיח הוניל של עוגות השוקולד, טעם האורגנו והבזיל בפיצה האיטלקית, טעם וריח המוסקט והג'ינג'ר הקרדמון והקינמון בתבשילים האסיאתיים... השמנים האתריים אוצרים בתוכם את הניחוחות והטעמים, בנוסף לתכונות הריפוי שלהם. הם תמיד טריים ומספיק להוסיף טיפה או שתיים כדי להעניק לתבשיל ולמאפה נגיעה מיוחדת."

בגיליון זה בחרה ציפי לשתף אותנו בשני מתכונים שאהובים עליה באופן מיוחד:

עוד דברים מיוחדים שאפשר לעשות עם שמנים אתריים (פרט לבישול):

- צחצחו שיניים עם שמן אתרי סינרגטי "ג'וניפר וציפורן" ואדמת חוואר, למניעה ולטיפול בדלקות חניכיים ולבריאות כללית של השיניים.
- הוסיפו שמן אתרי למים של ה"ספונג'ה" כדי לקבל בית ריחני ומטוהר אנרגטי. למשל, שמן הדורים ידוע כתורם למצב רוח טוב ואף כחומר העוזר לעצם פעולת הניקוי (הדרים הם דטרגנטים חזקים).
- השתמשו בשמן לבנדר כעזרה ראשונה לטיפול בגירויים שונים בעור, בכוויות או בהתכים בלשון.
- לטיהור האוויר והאווירה בבית או במקומות טעונים רגשית - הדפת שמנים (שמן אנטיספטיק). הדבר מתאים גם לגני ילדים, חדרי ישיבות, ואפילו למליאת הכנסת...
- להגברת תחושת התשוקה המינית השתמשו בשמן אפרודיזיאק של שלום על-ידי הנחה על המקומות האינטימיים. יכול להתאים במיוחד לאנשים בגיל המעבר.

■ השמנים אינם תרופה וכל הכתוב אינו מהווה תחליף לייעוץ רפואי.



אורז אדום

החומרים

- 3 בצלים פרוסים
- 4 כפות שמן זית + 1 כפית שמן זית לשמנים האתריים
- 3 כוסות אורז אדום
- 5 כוסות מים רותחים
- שמנים אתריים: 5 ט' כורכום, 1 ט' כמון, 2 ט' קוריאנדר, 1 ט' קסיה, 2 ט' ג'ינג'ר, 2 ט' אגוז מוסקט, 2 ט' פלפל שחור.

אופן הכנה

לטגן את הבצלים בשמן עד הזהבה, להוסיף את האורז ולטגן קלות, לערבב את השמנים האתריים בכפית שמן זית ולהוסיף לאורז. לצקת את המים הרותחים לאורז ולבשל כ-40 דקות על אש נמוכה.

עוגת שוקולד

החומרים

- 200 גרם שוקולד מריר ללא סוכר
- 3 כפות קקאו
- קורט מלח
- 100 גרם חמאה
- 1 שמנת חמוצה
- 1 שקית אבקת אפיה
- 4 ביצים
- ממתק מלאכותי שווה ערך לכוס סוכר
- 2 כפות קוניאק
- שמנים אתריים: 5 ט' וניל, 1 ט' קסיה, 1 ט' גינג'ר, 1 ט' אגוז מוסקט (לאוהבי טעם הדורים, אפשר להחליף את אחד השמנים בתמצית "ניחוח ההדר").

אופן הכנה

להמיס במיקרו את השוקולד עם הקקאו, חמאה וקורט מלח. להוסיף את שאר החומרים. לצקת לתבנית עגולה ולאפות 50 דקות ב-150 מעלות צלסיוס.

הציפוי

- 100 גרם שוקולד מריר ללא סוכר
- 50 גרם חמאה
- 1 שמנת מתוקה.

להמיס במיקרו שוקולד+חמאה, לערבב היטב ולערבל פנימה את השמנת המתוקה, לקרר. לצקת על העוגה החמה.

היחודיות של עוגה זו היא שהיא ללא קמח וללא סוכר. מתאים במיוחד לחולי צליאק, לנמנעים מגלוטן ולחולי סוכרת.



ואז היתה עוגה, ואז...כבר לא. (עוגת שוקולד מתובלת בשמנים אתריים)

סדנת בישול

עם שמנים אתריים

בהנחיית ציפי שלום

סדנת תבשילים מחממים - בישול טעים, בריא וייחודי עם שמנים אתריים במיוחד לעונת החורף הקרה.

בסדנה תוכלו לקבל עוד מתכונים רבים. דוגמת המתכונים ש כאן.

מועד הסדנה: 29.11.11

יום ג' שעות 13:00-10:00

מחיר: 120 ₪

קורס'ים וסדנאות במרכז י.ד. שלום

אנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה

מנחה: ד"ר אסנת וולף

קורס בסיסי, מומלץ למטפלים העוסקים ברפואה משלימה. מטרת הקורס להקנות ידע באנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה של גוף האדם מנקודת מבט של הרפואה המערבית. בקורס נעבור על כל מערכות הגוף, נלמד את תפקידיהן, פעילותן, והבעיות היכולות לאפיין אותן.

מועד פתיחה: 27.10.11, יום ה' שעות 10:00–13:00
משך הלימודים: 30 מפגשים, מחיר: 2,500 ₪

צמחי מרפא- א'

מנחה: ד"ר מינה פארן

רפואת הצמחים היא הרפואה העתיקה ביותר בעולם. נלמד להכיר את הצמחים בהם השתמשו בני האדם כדי לשפר את התפקוד היום-יומי שלהם, וכדי לטפל במחלות. נלמד על הטיפול בצמחי המרפא למערכות השונות בגופנו. מי הם הצמחים המתאימים לטיפול בעור, במערכת הנשימה, במערכת העיכול, בלב ובכלי הדם, במחלות זיהומיות ובמערכת החיסון. נלמד להכין טינקטורות, שמנים לעיסוי, קרמים וסבונים.

מועד פתיחה: 24.10.11, יום ב' שעות 9:30–12:30
משך הלימודים: 30 מפגשים, מחיר: 4,000 ₪

צמחי מרפא- ב'

מנחה: ד"ר מינה פארן

נלמד על צמחי המרפא המומלצים לטיפול במבעיות שונות של מערכת הרבייה, של הכליות ודרכי השתן, השלד והשרירים, המערכת האנדוקרינית, מערכת העצבים. נלמדעל הצמחים האדפטוגניים המסייעים לנו לשמור על שיווי המשקל הדינמי, על אצות ופטריות רפואיות, צמחים אנטי סרטניים, אינטראקציות בין צמחים ותרופות. נלמד הכין משחות רפואיות.

מועד פתיחה: 24.10.11, יום ב' שעות 13:00–16:00
משך הלימודים: 30 מפגשים, מחיר: 4,000 ₪

אקופונקטורה קוסמטית

מנחה: בת-7 פלדמן

הדיקור הקוסמטי הוא המילה האחרונה בעולם היופי. בין נושא הלימוד: מהי אקופונקטורה קוסמטית ותוצאות הטיפול, תקציר נקודות דיקור בפנים ובגוף. נקודות בסיסיות להרמת הפנים, לעיגולים שחורים ולשקיות מתחת לעיניים, לעור נפול, צניחת עפעפיים, הרמת לחיים, הרמת סנטר, מתיחת סנטר כפול, כתמי גיל ופגמנטציה, נקודות דיקור בפצעי בגרות.

נלמד עיסוי פנים בשיטת אקופרסורה לשיפור מראה העור. נלמד להשתמש בדרמה רולר לשיפור יעילות הקרמים והסרומים.

שימוש בשקיות צמחים שנכין לטיפולים באיזור הפנים.

הטיפול במחטים יעיל פי מונים מהקרם היקר ביותר

מועד א': 7.9.11, יום ד' שעות 10:00–13:00
מועד ב': 3.11.11, יום ה' שעות 10:00–13:00
משך הלימודים: 6 מפגשים, מחיר: 2,950 ₪

רפלקסולוגיה

מנחה: יולי לובן

כף הרגל מהווה אמצעי אבחון ומשקפת את מצבו הבריאותי, הפיסי-רגשי של האדם. באמצעות למידת הטכניקה ניתן לשפר ולאזן את האדם. הלימודים משלבים תיאוריה ועבודה מעשית. הקורס מיועד למטפלים הרוצים להעשיר את הידע שלהם ולשלב רפלקסולוגיה בשיטות העבודה השונות שלהם.

נושאי הלימוד: מבוא לרפלקסולוגיה. כפות הרגליים כמשקפות את האדם. מיפוי כף הרגל ע"פ מערכות הגוף, טכניקות עבודה. התנסות אישית בקבלת טיפול ונתינת טיפול.

מועד פתיחה: 4.9.11, יום א' שעות 9:30–13:30
משך הלימודים: 15 מפגשים, מחיר: 2,000 ₪

אבחונים ברפלקסולוגיה

מנחה: יולי לובן

סדנה ייחודית ומרוכזת המיועדת לבוגרי קורסים ברפלקסולוגיה ולעוסקים בתחום מזה שנים.

נושאי הלימוד:

כפות הרגליים כמשקפות את האדם רגשית ופיזית.

הבנת חמשת וארבעת האלמנטים, חלוקתם ברגל והשפעתם על האדם. אבחון ע"פ מבנה הרגל, אצבעות, ציפורניים, קווים מרקם וצבע. במהלך הסדנה נתבונן ונתח את כפות הרגליים.

מועד פתיחה: 4.11.11, יום ו' שעות 9:00–13:00
משך הלימודים: 5 מפגשים, מחיר: 1,000 ₪

עיסוי תינוקות ונשים הרות

מנחה: יולי לובן

קורס עיסוי תינוקות ונשים הרות מיועד למטפלים מכל התחומים המעונינים להעשיר את אפשרויות הטיפול שלהם ולהתמחות בנושא עיסוי תינוקות ונשים הרות.

בין נושאי הלימוד:

חשיבות המגע והחשיבות בעיסוי התינוק. טכניקות עיסוי. טיפול במצבי מחלה אצל תינוקות ופעוטות באמצעים שונים בנוסף לעיסוי. עיסוי האישה ההרה. שינויים אצל האישה במהלך ההריון. המותר והאסור בעיסוי האישה ההרה. טכניקות להקלה בלידה.

מועד פתיחה: 27.10.11, יום ה' שעות 17:00–20:00
משך הלימודים: 7 מפגשים (* אפשר לבוא לכל חלק בנפרד)
מחיר: 1,100 ₪

מערכת ההזנה האנושית

מנחה: מירב שניידר

תזונה כאורח חיים וריפוי טבעי, בראיה הוליסטית ייחודית.

בין הנושאים הנלמדים: הגדרת הוליזם, הגדרת מחלה ובריאות על-פי פילוסופיות שונות ברפואה הטבעית, רובדי ההוויה האנושית- רובד פיזי, רובד מחשבתי-קוגניטיבי, רובד רגשי-תחושתי, רובד אתרי, סקירה כללית של גוף האדם בדגש על מערכת ההזנה ומערכות העיכול- בראיה פיזית ומטאפיזית, אבות המזון בהתבוננות פיזית ומטאפיזית, פירוט והרחבה על משפחת האמימים, פרוביוטיקה טבעית,מינרלים, ויטמינים ותוספי מזון, מקורותיהם הטבעיים של ויטמינים ומינרלים שונים, ועוד ועוד...

מועד פתיחה: 24.10.11 יום ב' שעות 9:30–12:30
משך הלימודים: 12 מפגשים, מחיר: 1,500 ₪

אבחון רב מימדי- טכניקות ומיומנות

מנחה: מירב שניידר

שיטות אבחון הוליסטיות-על פי פילוסופיות ותפיסות רפואיות טבעיות שונות (רובד פיזי, רובד מחשבתי-רגשי, רבדים תת הכרתיים) תשאול רובדי רב מימד- תהליך איסוף הנתונים בנגיעה- סקירה כללית של גוף האדם, מערכות הגוף ומקבץ פתולוגיות שונות בהתבוננות מטאפיזית, כלים למיקוד, דיוק, בנייה והתאמת תוכנית טיפולית אישית.

מועד פתיחה: 13.12.11, יום ג' שעות 16:30–20:30
משך הלימודים: 6 מפגשים, מחיר: 900 ₪

הקורס להכשרת שליחים

מנחה: דלית אביטל

קורס חווייתי רב עוצמה שבמסגרתו ניתנים כלי עבודה חדשניים, פשוטים לשימוש ורבי עוצמה לריפוי, ניקוי ואיחוי אישי ושל אחרים. הקורס פותח דלתות לידע גבוה, ראייה פנימית, אבחון ואיזון. התהליכים, הבנויים נדבך על נדבך, מאפשרים צמיחה והתפתחות אישית מואצת.

מועד פתיחה: 24.1011, יום ב' שעות 17:00–20:30
משך הלימודים: 24 מפגשים, מחיר: 3,360 ₪

קינסיוולוגיה יישומית- מגע בריאות

מנחה: עדנה שפירא

שיטת מגע בריאות משתמשת בבדיקת השרירים ככלי למשוב מן הגוף המאפשר תקשורת בין הגוף, המוח והרגשות וזיהוי חסימות אנרגיה במישורים גוף, רגש, תזונה. מטרתה של השיטה-שיפור האיזון הטבעי וחיזוק המערכת החיסונית של האדם המאפשרת לגוף לרפא את עצמו. הנושאים הנלמדים: אמנות בדיקות השרירים, בדיקות שרירים והקשר ל-14 המרידיאנים, בדיקות רגישות למזון, שחרור מתח רגשי, תהליך האיזון השלם.

מועד פתיחה: 23.10.11, יום א' שעות 9:30–13:30
משך הלימודים: 8 מפגשים, מחיר: 900 ₪

קינסיוולוגיה יישומית- תרגילי מוח

מנחה: עדנה שפירא

שיטה מעשית ודינמית המשתמשת בתהליכי איזון מובנים ותרגילי תנועה ליצירת שילובים בתפקודי המוח - גוף - רגש, אשר מאפשרים חידוש זרימת האנרגיה בין המוח והגוף לשם תפקוד משופר בכל תחומי החיים.

בתרגילי מוח ותהליכי האיזון הנלווים משתמשים עשרות אלפי אנשים סביב העולם ביותר מ- 80 מדינות.

גדולתה של השיטה טמון בפשטותה ובהתאמתה לכל אדם בכל גיל ומאפשרת לכל אחד מאתנו להשתחרר ממתחים, לצאת מתבניות מכשילות ולצעוד קדימה.

מועד פתיחה: 18.12.11, יום א' שעות 9:30–13:30
משך הלימודים: 10 מפגשים, מחיר: 1,100 ₪

קלפים טיפוליים

מנחה: חמד מידן

קלפי תמונות, קלפי point of you מילים ושאלות המציעים לנו כיווני התבוננות חדשים למחשבה, התפתחות ולעשייה. באמצעות הקלפים נלמד להתבונן על דברים מזווית שונה, לגבש תובנות, ליצור הזדמנויות ולעשות את הצעד הבא בחיינו.

מועד פתיחה: 26.10.11, יום ד' שעות 16:00–20:00
משך הלימודים: 8 מפגשים, מחיר: 1,900 ₪

סוד הזיכרון המהיר והעוצמתי

מנחה: אורפניאל יפת

בקורס נלמד לפתח יכולות זיכרון - ריכוז - וחשיבה רצופים וצלולים. * שליפת מידע מהירה: בעבודה, למידה, מבחנים, פגישות, הרצאות, משימות. * לזכור בקלות ובלי פתקים, שיפור וניצול מוגבר של יכולות המח, גם אם נפגעו ונחלשו. * תוצאות כבר בקורס. מבוסס על גישה אינטגרטיבית המאפשרת לחדש ולחזק את המח וכושר ביצועיו הקוגניטיביים.

מועד פתיחה: 6.11.11, יום א' שעות 17:30–20:30
משך הלימודים: 10 מפגשים, מחיר: 1,650 ₪
(הרשמה אצל אורפניאל: 050-63260880)

ריפוי וחיזוק על-ידי המוח הרגשי

מנחה: אורפניאל יפת

המח הרגשי מושפע מאירועים ולחצים וגורם להתפתחות בעיות פסיכוסומטיות, המשתקפות בגוף, בנפש ובהרגשה, באנרגיה ובבריאות. * בסדנא נלמד: כלים הוליסטיים ומרפאים של המח הרגשי לשיפור ואיזון במערכת העצבים האוטונומית. העיכול, הנשימה והלב. * כאבים ודלקות, חסימות ומתח. עור, פריון ותשישות. חיזוק מערכת החיסון ועוד. * מסלולי הריפוי של המח הרגשי: המאפשרים לצאת ממצב חולי והחמרה, לריפוי יזום והעצמה פנימית. תשואל וניתוח מקרים. טיפול עצמי ובזולת.

מועד פתיחה: 3.1.12, יום ג' שעות 17:30–20:30
משך הלימודים: 8 מפגשים, מחיר: 1,320 ₪
(הרשמה אצל אורפניאל: 050-63260880)

לפרטים נוספים גילשו:
www.jd-schloss.com
או התקשרו: 03-6882040

^[1] י.ד. שלום בע"מ | תמצית העניין | 17

סדנאות וימי עיון במרכז י.ד. שלום

קורסים, סדנאות, פאנלים והרצאות מבוא

אנרגית "ברכת כהנים" לפי הקבלה

מנחה: אורפיאל יפת

ב"ברכת כהנים" כלולות כל הברכות. יש בה שמות קודש וצירופי אותיות המכילים סגולות, סודות ואנרגיות. * בסדנא נלמד: את הקשר המקודש לדיים והלב, העיניים ועץ חיים. * איך לבנות את ה"כלי" הרחוני, לסלק מחסומים וקליפות, להמתיק את הדינים. * לשמירה וברכה, אור - הפנים והשכינה. מלאכים, כוונות ותיקונים אנרגטיים ורוחניים. * הורדת השפעת העליון לבית ולקליניקה. * שילוב ברכת כהנים בהכנה וזיכור של תהליך הטיפול, בהילינג ובכל שיטה, להעצמת המטפל והמטופל. הארת ההילה ותוספת נשמה.

מועד פתיחה: 1.11.11, **יום ג' שעות 17:30-20:30**
משך הלימודים: 6 מפגשים, **מחיר: 990 ₪**
(הרשמה אצל אורפיאל: 050-63260880)

ציור מנדלות

מנחה: ליה רונן

מנדלה פירושה בסנסקריט "מעגל מקודש". נקודה מרכזית אשר ממנה יוצאות שלוחות היוצרות מעגל גדוש בקווים, צורות גיאומטריות, סימנים וסמלים. המנדלה היא ציור אנרגטי ומחברת אותנו פנימה, מעגל אנרגטי המצייר את אנרגיית החיים. עשיית המנדלה מבוססת על צורת המעגל וידועה בתהליכי ריפוי אישיים ואנרגטיים. התהליך מעניק לאדם עונג, שלוה, שמחת חיים, שחרור מפחדים, גדילה עצמית, ריפוי נפשי ופיזי וחיבור ליעודו. התהליך הינו אישי וקבוצתי. אין צורך בידע אומנותי קודם.

מועד פתיחה: 23.10.11, **יום א' שעות 9:30-12:30**
משך הלימודים: 8 מפגשים, **מחיר: 1,350 ₪**

מסע רגשי ופיזי

מנחה: דלית אביטל

שיטת טיפול רבת עוצמה המיועדת לטיפול הן בבעיות רגשיות והן בבעיות פיזיות. בתהליך פשוט אך עמוק המטופל מגיע לשורש הבעיה שהיא מקור האתגר איתו הוא מתמודד ומשחרר אותה. השימוש בטכניקה מהווה כלי רב עוצמה למטפלים.

מועד פתיחה: 6.9.11, **יום ג' שעות 9:30-12:30**
משך הלימודים: 5 מפגשים, **מחיר: 850 ₪**

אבחון על-ידי מטוטלת רפואית

מנחה: דפנה גרין

מטוטלת בשימוש יומיומי ומקצועי ככלי מכוון להתאמות, בדיקות כלליות ואנרגטיות ושאלות מגוונות. גישה מדעית לתפקוד המטוטלת וכיצד היא עובדת. הקורס מיועד לאנשים ולמטפלים הרוצים לרכוש כלי עבודה יעיל שימושי ומדויק.

פעולת המטוטלת מתרגמת את האנרגיות והחושים שלנו לתנועה ויזואלית. כל שרשרת או שרוך שבקצהו תליון כלשהו יכול לשמש כמטוטלת.

מועד פתיחה: 3.10.11, **יום ב' שעות 16:30-20:30**
משך הלימודים: 5 מפגשים, **מחיר: 1,250 ₪**

נומרולוגיה-סוד קסם המספרים

מנחה: רבקה איל רז

איבחון נומרולוגי בשיטה יעילה, קלה ושווה לכל נפש. בעזרת הנומרולוגיה ניתן לשפר את חייכם ואת חיי הסובבים אתכם בכל תחום: חישוב תאריך הלידה, השם והמשפחה, יעוד, פוטנציאל, הכוונה מקצועית, שנה אישית, מיספרים קארמטיים במהלך הסדנא נתרגל את החומר על תאריכי הלידה של המשתתפים וגם תאריכים נוספים.

מועדי פתיחה: 12.9.11 **יום ב' שעות 10:00-13:00**
25.10.11 יום ג' שעות 17:00-20:00
משך הלימודים: 2 מפגשים, **מחיר: 350 ₪**

E.F.T. - טכניקה לשחרור מתח רגשי

מנחה: דלית אביטל

השימוש בטכניקה פותר ביעילות מגוון רחב מאד של אתגרים איתם אנו מתמודדים בחיים החל מבעיות רגשיות החוסמות את ההתקדמות שלנו בחיים ועד בעיות פיזיות כמו גב תפוס, כאבי ראש, כאבים בכלל וכו'. התוצאות של העבודה עם EFT מרשימות בעוצמתן ובמהירות בה משתחררת החסימה.

ניתן לעבוד עם EFT הן ככלי טיפולי והן ככלי לעבודת שיחרור מתח אישית

מועד פתיחה: 27.10.11, **יום ה' שעות 17:00-20:00**
משך הלימודים: 3 מפגשים, **מחיר: 550 ₪**

סדנת איזון צ'אקרות

מנחים: חיים שלום, אלון אטיאס

סדנה תמציתית בנושא איזון צ'קרות באמצעות שמנים אתריים.

מועד פתיחה: 21.11.11 **יום ב', שעות 15:00-21:00**
משך הלימודים: 2 מפגשים, **מחיר: 150 ₪**

סדנת ללימוד הכנת סבונים

בהדרכת מזל קטי

מועד א': 8.9.11, יום ה', שעה: 16:00-19:00
מועד ב': 1.11.11, יום ג', שעה: 10:00-13:00
מחיר: 100 ₪

קורסים בהנחיית שחר ולרו:

עיסוי בשיטת סיריאקיס

שיטת עיסוי שפותחה על-ידי ארטופד אנגלי בשם ג'יימס סיריאקס, משמשת להפרדת סיבי השריר, וניקוז נוזלים בין רקמות חיבור. שיטת עיסוי זו עוזרת בהגדלת טווחי תנועה ושיקום מפרקים. הייחוד בשיטה זו היא בכך שבעיסוי זה מבוודים כל שריר ושריר ועובדים עליו בצורה עמוקה ואפקטיבית ללא מאמץ מצד המטפל.

מועד פתיחה: 4.11.11 **יום ו' שעות 9:30-12:30**
משך הלימודים: 8 מפגשים, **מחיר: 1,600 ₪**

עיסוי צדפות חמות

העיסוי שמגיע מאיי האוקיינוס השקט הדרומי, בעיסוי זה משתמשים בצדפות נמר אשר עברו תהליך ניקוי והברקה. אל הקונכיה מוכנסת שקית לאבה ג'ל המורכבת ממינרלים טבעיים ואצות ים, ואלו יוצרים אפקט חימום הנמשך למעלה משעה, ללא צורך במים חמים או חיבור לחשמל, דבר המבטיח זמן מגע ארוך במסגרת הטיפול.

מועד א': 9.9.11, יום ו' שעות 9:30-12:30. 2 מפגשים
מועד ב': יום ארוך: 16.10.11, יום א', שעה: 15.30-9:30.
מחיר: 620 ₪. כולל 2 צדפות.

לומי לומי

שיטת עיסוי שמקורה מהוואי. העיסוי מתבצע בעזרת אמות המטפל ומשלב תנועות עמוקות, מעגליות ורחבות על המטופל. יתרון השיטה הוא ביכולת להעניק עיסוי עמוק למטופלים "קשים" בלי לפגוע בידי המטופל. העיסוי משחרר שרירים ועוזר לכאבי גב, ראש, ולעייפות. את הטכניקות הנלמדות ניתן לשלב בכל שיטת טיפול אחרת.

מועד פתיחה: 11.10.11 **יום ג' שעות 9:30-13:30**
משך הלימודים: 2 מפגשים, **מחיר: 450 ₪**

הרצאות מבוא (ללא תשלום)

20.9.11	יום ג'	שעה 18:00	סרטן והבעיות הכרוניות של המאה הנוכחית - חנן סגל.
26.9.11	יום ב'	שעה 18:00	הכשרת שליחים - דלית אביטל.
3.10.11	יום ב'	שעה 9:30	מערכות ההזנה האנושיות - מירב שניידר
3.10.11	יום ב'	שעה 10:30	אבחון רב מימדי - טכניקות ומיומנויות - מירב שניידר
10.10.11	יום ב'	שעה 18:00	הכשרת שליחים - דלית אביטל.
25.10.11	יום ג'	שעה 10:00	ביורגומי- יובל בצרי
25.10.11	יום ג'	שעה 11:00	כירולוגיה- יובל בצרי
25.10.11	יום ג'	שעה 19:00	אנרגיות "ברכת כהנים" לפי הקבלה - אורפיאל יפת.
28.10.11	יום ו'	שעה 10:00	שיטת סיריאקיס- שחר ולרו.
30.10.11	יום א'	שעה 19:00	סוד הזכרון המהיר והעוצמתי - אורפיאל יפת.
13.12.11	יום ג'	שעה 19:00	ריפוי וחיזוק על-ידי המח הרגשי - אורפיאל יפת.

פאנלים (תל-אביב) לבוגרי י.ד. שלום ללא תשלום. לבוגרי ארומתרפיה מבתי ספר אחרים 60 ₪ למפגש. מותנה בהצגת תעודת ארומתרפיה, ההשתתפות בפאנל מקנה 3 שעות לימוד ובסיום כל מפגש ינתן אישור לימודים. הפאנלים מתחילים בדיוק בזמן, למאחרים לא תינתן אפשרות כניסה, נא לדייק!!

13.9.11	יום ג'	שעה 9:30 שעה 18:00	חיזוק מערכת חיסונית אצל ילדים ותינוקות וקשיי הסתגלות לשינויים ומעברים
20.9.11	יום ג'	שעה 9:30	עזרה ראשונה טיפול במצבי חירום וטיפול נמרץ
4.10.11	יום ג'	שעה 9:30 שעה 18:00	המערכת האנדוקרינית
22.11.11	יום ג'	שעה 9:30 שעה 18:00	כאבי ראש, מיגרנות, שבץ מוחי, בעיות עיניים, צוואר "תפוס"
6.12.11	יום ג'	שעה 9:30 שעה 18:00	מערכת נשימה: ברונכיט, אסטמה, חלת, דלקת ריאות ועוד...

פעילויות בחיפה, ירושלים ובאר-שבע : בעמוד הבא

לפרטים נוספים נא גילשו: www.jd-schloss.com או התקשרו: 03-6882040

קורסים בהנחיית אלכס אלוף:

עיסוי מלזי במקלות במבוק

עיסוי עם מקלות הבמבוק במשיחת שמן. הטיפול מתאים לפנים, לגפיים, לאגן ולגב, הטיפול מבוצע על-ידי מקלות במבוק באזורים ובגדלים שונים. (כולל סט של מקלות).

מועד פתיחה: 8.11.11 **יום ג' שעות 9:00-14:00**
משך הלימודים: 2 מפגשים, **מחיר: 680 ₪**

עיסוי פיליפיני

טכניקת עיסוי ייחודית בשיטה פיליפינית באמצעות כדורי עץ.

תאריך: 17.10.11, **יום ב', שעה: 9.00-15.00.**

מחיר: 480 ₪. כולל סט כדורי עץ.

עיסוי אבנים חמות

תאריך: 12.9.11, **יום ב', שעה: 9.00-14.00**

2 מפגשים, מחיר: 550 ₪.

עיסוי בשיטת בלה באצ'י

מנחה: ליה רונן

עיסוי חדשני עם כוסות ניקה. הבלה-באצ'י היא אמצעי עיסוי פשוט ומרשים כאחד. כוס הבלה-באצ'י יוצרת זרימה מוגברת של דם ונוזלי לימפה מהרקמות העמוקות. לפתיחת חסימות, הגברת חילוף חומרים, חיטוב הגוף, לניקוי רעלים, להרגעת וחיודש תאי הגוף.

מועד א': 18.9.11, יום א' שעות 9:30-13:30

מועד ב': 14.11.11, יום ב' שעות 17:00-20:30

משך הלימודים: 2 מפגשים, **מחיר: 800 ₪ (כולל 2 סטים)**

סדנאות וימי עיון מחוץ לת"א

פעילות בחיפה והצפון

במתנס בת-גלים, רח' העליה 45 בת-גלים. לפרטים והרשמה לפעילויות בצפון, נדב: טל. 5396041-050, פקס: 9533587-04.

חיזוק מערכת חיסונית אצל ילדים ותינוקות וקשיי הסתגלות לשינויים ומעברים.	שעה 10:00	יום ה'	27.10.11
כאבי ראש, מיגרנות, שבץ מוחי, בעיות עיניים, צוואר "תפוס"	שעה 10:00	יום ה'	8.12.11

● **קינסיוולוגיה חינוכית - תרגילי מוח - מנחה רותי אופיר**. קינסיוולוגיה היא גישה לחיים בראייה הוליסטית, המאפשרת זיהוי חסימות וניטרול מתחים בדרכים פשוטות אך רבות עוצמה. הקורס מקנה ארגז כלים המשלב בתוכו תנועה. הנושאים שילמדו: שיפור התקשורת, הארגון, הרחבת התובנות ויכולת לשנות זווית ראייה במצבים שונים. משך הקורס 15 מפגשים. לפרטים והרשמה לפנות לרות אופיר טל. 8376542-04, 5616769-050.

פעילות בירושלים

שיווק ינאי, רח' משעול מורן 2. רמות, ירושלים. טל.: 5867303-02, עו"ד: 2602225-052.

עזרה ראשונה טיפול במצבי חירום וטיפול נמרץ	שעה 17:00	יום א'	23.10.11
המערכת האנדוקרינית	שעה 17:00	יום ג'	13.12.11

פעילות בבאר-שבע

פעילות בבאר שבע בהרשמה מראש אצל עמי, טל. 2624398-050.

כאבי ראש, מיגרנות, שבץ מוחי, בעיות עיניים, צוואר "תפוס"	שעה 17:00	יום ב'	14.11.11
מערכת העיכול	שעה 17:00	יום ג'	27.12.11

עורכים ראשיים: **חיים שלוס, ציפי שלוס**
עורכי משנה: **לאה שפיגלר, לילך לביא, יולי לובן**
חברי המערכת: **דנה שלוס, גילי קטי**
עיצוב גרפי והכנה לדפוס: **לילך לביא**
הודפס בבית דפוס: **"חיש דף" ת"א**

מרכז י.ד. שלוס בע"מ לארומתרפיה מסורתית
שמנים טבעיים, שמנים נדיפים, צמחים ומיצויי צמחים
מרכז הדרכה והשתלמויות

רח' לוינסקי 108, ת"א 66052
קניון התחנה המרכזית החדשה, קומה 5
טל': 03-6882040 פקס: 03-6883080

www.jd-schloss.com info@jd-schloss.com



כתב-העת המקצועי
למטפלים ברפואה אלטרנטיבית

מבית י.ד. שלוס בע"מ
ארומתרפיה מסורתית