


Selbstpflege durch Entspannungsakupressur

Grund- und Aufbaukurs

Inhalt:	Die Akupressur ist eine Druckbehandlung an definierten Hautpunkten und basiert auf altem Wissen, wie es zum Beispiel in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) überliefert ist. Durch gezieltes Massieren dieser sensitiven Punkte werden Energieblockaden gelöst. Akupressur kann als Selbsthilfe erlernt werden. Sie wird u.a. gegen Verspannungen empfohlen.		
 Identnummer 20170128			
Lernziele:	Theoretische Grundlagen der Akupressur und praktische Übungen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Einführung in die TCM ▪ Definition von Akupressur, Meridian und Meridianpunkten ▪ Kriterien, die bei einer Akupressurbehandlung zu beachten sind ▪ Grifftechniken und proportionale Punktmessung ▪ Yin und Yang (Bedeutung von Krankheit, Ernährung) ▪ Die Bedeutung der chinesischen Organuhr ▪ Entspannungsakupressur bei Kopf- und Nackenverspannungen, Rückenproblemen und emotionalen Dysbalancen, Dauerstimulation von Fernpunkten bei Ein- und Durchschlafstörungen 		
Methoden:	Kurzreferate, praktische Übungen		
Zielgruppe:	Interessierte Mitarbeiter		
Referent/in:	Friederike Isensee Dipl. Pflegewissenschaftlerin (FH), Entspannungspädagogin (DFME)		
Sonstiges:	Fortbildungspunkte beantragt bei der Registrierung beruflich Pflegenden Bringen Sie bitte eine Wolldecke, ggf. eine Isomatte und ein Kissen mit.		
Plätze:	12 Personen		
Termin:	Einführungs- und Aufbaukurs 25.03.2019 + 16.09.2019	2-tägig	09:00 - 16:00 Uhr
Ort:	LWL-Klinik Dortmund, Marsbruchstr. 179, 44287 Dortmund Sport- u. Begegnungszentrum, gr. + kl. Gruppenraum		
Anmeldung:	Gabriele.Gojowsky@lwl.org	Telefon: 0231/4503-3350	
Gebühr:	300,- €	(Die Teilnahmegebühr wird für Beschäftigte des regionalen Netzes Dortmund-Hemer und der Wilfried-Rasch-Klinik bei Anerkennung eines betrieblichen Interesses und der Genehmigung der/des Vorgesetzten in voller Höhe vom Arbeitgeber übernommen.)	