

Seminar: Z dotikom do zdravja (Touch For Health, modul I)

Organizator: Mojca Vilfan, **Izobraževalni zavod Saturn**, Brezje 40a, 4243 Brezje
www.braingym.si, info@braingym.si, tel 041 358 076

Izvajalka: **Vinciane Shoenmaekers, Belgija**, TFH Inštruktorica in svetovalka, Brain Gym inštruktorica in svetovalka, predavateljica mednarodnega zbora predavateljev Brain Gym International, Predsednica Brain Gym Belgija

Datum: **2. - 4 .9. 2022**; petek 15. – 19. ure, sobota in nedelja: 9 - 17. ure

Kraj: seminar se izvaja v živo na **Brezjah na Gorenjskem**

Trajanje: **24 ur**; petek 15. – 19. ure, sobota in nedelja: 9 -17. ure

Cena: **350 €** (za prijave s plačano akontacijo do 1. 7. 2022, kasneje 385 € EUR)

Gradivo: v ceno je vključen priročnik Z dotikom do zdravja v angleškem jeziku (**Matthew and John Thie, Touch for Health: The Complete Edition a Practical Guide to Natural Health with Acupressure Touch and Massage**, 380 strani) in dodatno gradivo v slovenskem jeziku. (Če želite lahko namesto angleškega priročnika dobite slovensko knjigo N. Zupan, Z dotikom do zdravja.) Udeleženci prejmejo potrdilo o udeležbi na 24-urnem izobraževanju

Seminar bo potekal v angleškem jeziku z možnostjo prevoda v slovenščino.

Vsebina seminarja:

Kaj se bomo na seminarju naučili?

Temeljev različnih pristopov v kineziologiji. Touch for Health daje smisel kineziološkim treningom, saj uči kako se misli kažejo v telesu in vplivajo na vsakdanje delovanje v življenju. Izkusili boste, kako program prirejene tehnike iz starodavnih celostnih pristopov k dobremu počutju in zdravju vnaša v popolnoma sodoben program osebnostnega razvoja. Naučili se boste samozavestno opazovati mišice, da se boste lažje premikali naprej proti največji telesni, čustveni in strukturni povezanosti v življenju.

Prvi modul ponuja osnove opazovanja povratne informacije mišic in tehnik za uravnotežanje telesa. Poglobljali boste zavedanje o tem, kako misli in čustva vplivajo na telo in se naučili preprostih načinov razbremenitve negativnih vplivov in neuporabnih vzorcev.

Dejavnosti:

- Pridobivanje spretnosti in samozavest pri umetnosti opazovanja mišic (mišičnem testiranju).
- Postavljanje ciljev in opazovanje vpliva cilja na telo.
- Izbiranje telesnih tehnik, ki so najbolj koristne za dostop do optimalnih virov za doseganje cilja
- Učenje nežnih tehnik prepoznavanja in zmanjševanja stresnih odzivov na izzive v življenju.
- Poti, da se ob podpori mišljenja, energije in svoje telesne strukture premaknemo iz cone udobja.
- Raziskovanje vplivov telesnega dotika ključnih poti in točk na telesu na spodbujanje smisla za ravnotežje in harmonijo.

Koncepti:

- Uravnoteženost telesa in uma je temelj srečnemu in polnemu življenju ter povečanemu občutku udobja.
- Usmerjena pozornost in namera k pozitivnemu cilju imata velik pomen pri doseganju kakršnihkoli sprememb.
- Vsi sistemi znotraj telesa so medsebojno povezani.
- Kako se tradicionalni kitajski model ohranjanja toka in ravnotežja energije znotraj telesa sooča s sodobnimi vsakdanjimi nalogami in izzivi.
- Spremembe v prepričanju, odnosu in nameri v telo prinesejo očitne telesne spremembe in obratno, saj sta telo in um povezan krog.
- Touch for Health opolnomoči posameznika, da prevzame odgovornost za lastno stanje in svoje življenje.

