

- 6 מאסטר שונגקול
- 11 יוגה ככלי ריפוי
- 12 ביטוח ועיסוי
- 14 V.B.I טיפול
- 15 קלפי טיפול ואימון
- 17 לגעת בחלומות
- 18 מה קשור
- 20 סוף החופש
- 22 רפלקסולוגיה

לבצע לגעת

איגוד מקצועות העיסוי בישראל
the israeli massage and bodywork association magazine

תוכן עניינים

דבר יושב ראש האגודה	3
דבר העורכת	4
מאסטר שונגקול	6
יוגה ככלי ריפוי	11
ביטוח ועיסוי	12
V.B.I טיפול	14
קלפי טיפול ואימון	15
לגעת בחלומות	17
מה קשור	18
סוף החופש לבחור	20
רפלקסולוגיה	22



קרדיטים

קרדיטים

וועד מנהל: דרור זעירא, אושרה באלאס, טופז גלילי, חלי טרשל, אייל ליצק, יוסי רחמני, טובי שליו.

וועדת הוראה: אושרה באלאס, אייל ליצק, יוסי רחמני, שי בן נון.

וועדת כנסים: חלי טרשל, דרור זעירא.

וועדת אתיקה: בטי בן בשט, צפריר פזי.

וועדת ביקורת: אריאל סידס, יעקוב רון.

המערכת

המערכת

ליקוט חומר ועריכה: חלי טרשל, nuad@walla.co.il.

גיוס מפרסמים: טופז גלילי, דרור זעירא, יוסי רחמני.

עיצוב גרפי: אלפונס טרשל.

כתובת המערכת: איגוד מקצועות העיסוי בישראל, ת"ד 667 נס ציונה, מ-74106.

☎ : 08-9404470, ✉ imba@imba.org.il, 📄 www.imba.org.il

- ❖ ביטאון האגודה יוצא ללא מטרות רווח, ומבלי לפגוע בזכויות.
- ❖ ההמלצות והמידע במאמרים הן בגדר המלצה בלבד, ובכל מקרה יש לפנות ליעוץ מקצועי.
- ❖ המודעות הן באחריות המפרסמים ואין המערכת אחראית לתוכן.
- ❖ כל הזכויות שמורות ©, אין לעשות שימוש כל שהוא בתוכן הביטאון ללא אישור בכתב מהעורך.



דבר יושב ראש האגודה

בס"ד

חברים יקרים,

"סוף מעשה במחשבה תחילה" (או, סוף מעסה במחשבה תחילה...) פסוק שרובנו מכירים אך האם אנו מתייחסים למשמעותו בטיפול? אנו המטפלים כלי דרכו מועברים תדרים בטיפול, המחשבות והכוונות שלנו משפיעות על תדרים אלה. אנו צריכים להיות מודעים לתפקידנו וגם כשאנו מכירים את יכולתנו המקצועיות, עלינו להיתכוון ולהתכוון למקום אליו אנו מעוניינים להגיע בטיפול, שכן, סוף מעשה – מה שיקרה בסוף, במחשבה תחילה – תחילתו במחשבות שהבאנו איתנו לטיפול. כאשר נתחיל טיפול מתוך כוונה לעזור, לסייע ולכך נצרף את הידע המיומנות והיכולת הפרקטית יהיה הטיפול ברמות תדר גבוהות והתוצאות בהתאם. כאשר מטפל מתחיל טיפול כששק בעיותיו מונח על כתפיו, עוצמת הטיפול ותוצאותיו עשויות להיות רחוקות מלהשביע רצון גם אם בחר בטכניקות הטובות והמתאימות ביותר. בתקופה זו בה אנו נמצאים, תקופה של עוצמות ושינויים ברמות התדר, אני פונה לכל אחת ואחד מכם, על אחת כמה וכמה, לפני טיפול – עיצורו. נשמו. השאירו מחוץ לקליניקה כל מה שלא שייך לטיפול. נשמו. נקו את הצינור. נשמו. התכווננו והתחברו ורק אז צרו מגע והחלו לטפל. שיהיה לנו קיץ נעים. המשיכו לעשות ולעסות טוב, לעצמכם ולאחרים. ולסטודנטים שבינינו – הצלחה במבחנים.

אהבה רבה,

דרור זעירא

יו"ר איגוד מקצועות העיסוי בישראל
www.imba.org.il/sites/dror





אחדות או פיצול

הרבה מתכת מתפזרת סביבנו לאחרונה - רסיסי קסאם, אוטובוסים מפויחים, שברי מכוניות. לצערנו מה שבחוץ מחלחל גם פנימה - הנוקשות, העמידות, האטימות - מחומרים אלה בונה נפשנו את קיר המגן שלה מפני המציאות.

בזמן כל הידיעות על מבצע עופרת יצוקה גדל בתוכי הכאב הקיומי על טירופו של העולם, והכאב הזה המשיך איתי לאורך זמן רב, כשהוא לובש צורות שונות ומשונות, כך לתדהמתי הכאב נשאר ואף הרחיב מימדים חודש אחר חודש. חשבתי שעבודתי עם נזקקים, ושהותי לעיתים מזדמנות במדינות עולם שלישי מקהה את חושי. אפילו חלחלה בי הרגשה שאולי איבדתי אמפתיה וחמלה. אבל כשפגשתי שוב פנים אל פנים את פסגות הכאב של האנושות הבנתי שלאט לאט מתגנבת בי תחושה של חרדה, אולי חרדה קיומית.

ההוגה היהודי קרישנמורטי דיבר רבות על הפיצול הפנימי הקיים בנפש האדם, פיצול שהוא שורש הקונפליקטים הנפשיים והלאומיים כאחד, ואמר "נפש מסוכסכת יוצרת בהכרח עולם מסוכסך".

כל אחד מאיתנו מגיע באיזה שהוא שלב לצומת שבו הוא נדרש להחליט אם הוא באמת רוצה להפסיק לסבול. כמ-טפלים אנו רואים זאת אצל מטופלינו, זו לא החלטה פשוטה.

זה אולי נשמע הזוי, אבל ניתן לראות שכמעט כולנו בחרנו לא פעם להמשיך לסבול, גם כשזה ממש לא הכרחי. להפסיק לסבול זו החלטה קשה כי היא בדרך כלל כרוכה באי ודאות, ואין דבר ששנוא על הבריות מאי ודאות, לרוב נעדיף לסבול את המוכר מאשר "להסתכן" בכך שיהיה לנו ממש טוב. אולי זה עובד כך גם ברמה של מדינות!?

בודהא היקר נתן לעולם את ארבע האמיתות הנאצלות והן אומרות כך "החיים בעולמנו כרוכים בסבל (דוקהא), מקור הסבל הוא ההשתוקקות וההיאחזות, ישנו סוף לסבל, וישנה דרך המצביעה על סוף זה". אז דרך יש, ולבטח יותר מאחת.

אני שואלת מתי נפסיק לבנות את גדר ההפרדה הגבוהה והכואבת הזו בין מה שהוא "אני" לבין כל מה שאינו "אני". על מה אנו נלחמים? על אמונות שונות?

מדוע שלא נהנה מחיים בצוותא, בקבלה, כבוד הדדי ובאהבה? הרי פיזית יש מקום לכולם, והארץ היא זבת חלב ודבש.

כאדם ששואף שאהבה והרמוניה ישרו בעולם, ועל האנושות, אין לי אלא להתפלל שיקרה איזה נס, ולא יהיו מלחמות בעולם.

מי ייתן וישרור השלום בתוכנו
שלום לכל חי
ושלום עליי אדמות.

קריאה מהנה חלי טרשל.
nuad@walla.co.il
www.nuad.co.il





בתי ספר ומורים מוכרים ע"י האיגוד

חברים ▼

שם המכללה :	מיקום:	טלפונים:
אבי בחט- ביה"ס לטיפול במגע ותנועה	הרצליה פיתוח	054-4306930
דרך המגע- שי בן נון	מושב כחל	054-6931199
מרכז סיאם- ללימודי רפואה מן המזרח- בהנהלת אלפונס וחלי טרשל	מרכז הארץ, דרום הארץ, צפון הארץ	052-3658863
המרכז ההוליסטי להכשרת מטפלים-דב מושקוביץ	ראש פינה/טבריה	050-4586760
המרכז הרפואי ע"ש הלל יפה	חדרה	04-6304671
הקול"ג לרפואה משלימה	רמת אפעל	1-700-700-267
לב המגע	פתח תקוה	03-9347473
לוטוס- במרכז לטיפול הגוף, הנפש והרוח של אימאן הראל	כרמיאל /תל אביב	054-3452453
מ.מ מכללת המרכז להשתלמויות	סכנין	04-6744959
מהות - המכללה לרפואה משלימה	תל אביב	03-5375055
מכון וולפסון בע"מ	באר שבע	08-6230574
קשת בענן- בי"הס למיילדות וגניקולוגיה הוליסטית	כפר סבא/אור יהודה	09-7443660
מכללת גודלמן	אשדוד	08-8663620
מכללת מדיטבע	פתח תקוה/אשדוד/כפר קאסם	03-9233946
מכללת סמינר הקיבוצים	תל אביב	03-6905411
מכללת רידמן	ת"א/ירושלים/חיפה/ב"ש/אילת /אוהלו	1-800-22-09-22
מכללת תלתן	תל אביב /חיפה	03-5610707
מרכז דרך הגב - טל זיו	נאות אפקה-תל אביב	052-3586555
מרכז וינגייט –לרפואה משלימה בהנהלת ד"ר אלכס בילקביץ	מכון וינגייט	09-8639430
החיוך הפנימי –המרכז לאומנויות הריפוי ומודעות עצמית-דניאל סמלסון	קיבוץ בית זרע	052-5477567
סלע פיזיותרפיה	תל אביב	03-6012617
קמפוס ברושים – בי"הס למטפלים ברפואה משלימה	אוניברסיטת ת"א	03-6411961

מאסטר שונגקול מגיע לארץ.



אלפונס טרשל
www.nuad.co.il

ש. איך הפכת למורה?

ת. בעבר העיסוי התאי התחיל לתפוס תאוצה בקרב מבקרים שהגיעו לצ'אנג מאי, ולאחר אין ספור טיפולים, אימונים, ותרגול אינטנסיבי הפכתי למדריך. אני משער שגם העובדה שאני דובר אנגלית קידמה את המעבר ממטפל למורה.

ש. למעשה, אתה אחד ממיסדי ביה"ס ITM הנחשב לאחד מבתי הספר המובילים בתאילנד. בפעם האחרונה שביקרתי אצלך התכוננת לקראת קבלת אות הכבוד מהמלך לביה"ס הטוב ביותר. מה לדעתך הוא סוד הצלחתכם?

ת. אנחנו לא מתחרים באף אחד, אנחנו מתייחסים לכל מי שמתעסק בתחום כחבר, ומתחרים רק עם עצמנו בלמצוא דרכים לשיפור מתמיד, ולהעלות הסטנדרטים של תכניות הלימוד והמיומנות האישית שלנו ושל הצוות. א- שיפור הסטנדרטים: קיבלנו מהמועצה של תאילנד מענק ללימוד ושיפור, להכרה בינלאומית. גם בזכות החיבור עם מדינות כמו ארה"ב ואוסטרליה קיבלנו תאוצה ואנו שואפים לקבל הכרה במדינות נוספות. אנו זוכים לתמיכה ממשלתית מתוך הכרה בתרומה לבריאות הציבור לרווחה ולכלכלת המדינה.

ב-אנחנו מרחיבים את תכניות הלימוד. בעבר לימדנו רק רמה 1 ו 2, וכעת אנו מציעים 15 קורסים שונים, בניהם ניתן למצוא קורסים מרוכזים בני שבועיים ותוכניות לימוד מעמיקות יותר. המגוון הזה מאפשר בחירה רחבה יותר נוחות ונגישות בעבור כל מי שרוצה ללמוד ובכל רמה.

ג- צוות המורים: אני מאמין שפקטור מאד משמעותי בהצלחה שלנו הוא העובדים המסורים שרובם איתנו מעל 10 שנים, דבר שנחשב נדיר בתחום זה. אני מאמין שבגלל שהם איתנו ממש מההתחלה ועזרו בהקמת ביה"ס הם מרגישים חלק בלתי נפרד ממנו, המטפלים הם אנשים משכמם ומעלה ונותנים הכול כדי שנצליח.

ש. תוכל לספר לנו כמה סטודנטים סיימו בהצלחה את הלימודים ב-ITM, וכמה מתוכם ישראלים?
ת. יש לנו 13,600 בוגרים, שמתוכם 917 ישראלים, שזה כמעט 7 אחוז, וזה לא מעט.

ש. מה אתה חושב על התלמידים הישראלים?
ת. בעבר רוב המטיילים הישראלים היו תיירים שרצו לקבל הצעה לעולם הרפואה התאילנדית במטרה ליישם את שלמדו על קרוביהם ובעצם חיפשו את ה"חוויה". היום ניתן לראות תלמידים שהם אנשי מקצוע שבאים להעשיר את עצמם לאחר שהבינו את הפוטנציאל הטמון בעיסוי עתיק זה.

ש. בתאילנד נראה שלכל מורה יש שיטות לימוד משלו ודרך טיפול שונה. כיצד תסביר זאת?
ת. בעקרון ישנם עשרה סנים בגוף עליהם כל מורה יסכים, והם מגיעים מתורת הרפואה התאילנדית. אך לכל מורה תהיה דרך משלו להתייחס אליהם.

אלפונס טרשל בראיון מיוחד עם המאסטר הידוע שונגקול מורו ואורחו, המגיע לארץ באוגוסט. המאסטר יעביר סמינר לטכניקות מתקדמות בעיסוי תאילנדי מסורתי.

מאסטר שונגקול הקים את בית הספר המוביל לרפואה תאית ITM אשר קיבל את אות הכבוד ממלך תאילנד. ולו 12,000 בוגרים מכל רחבי העולם. www.itmthaimassage.com (הסמינר יתקיים במכון וינגייט - פרטים נוספים בטל: 052-3658863).

תחילה חשוב לי לציין שאני מאד שמח לערוך איתך את הראיון הזה, למדת אצלך לפני כ-15 שנה, כאשר הייתי בתחילת דרכי בתחום הרפואה, בית הספר, המורים, האווירה והתקשורת האוטנטית בין האנשים כל אלה זכורים לי לטובה. העשרתם אותי בידע עתיק מהרפואה התאית, והידע הזה משמש אותי לאורך השנים כמטפל ומורה. אני מאוד מעריך זאת ומודה לך על הלימודים בה זכיתי.

ש. באוגוסט תגיע לראשונה לביקור בישראל להעביר קורס במכון וינגייט. כיצד אתה מרגיש לקראת הנסיעה?

ת. זהו כבוד גדול להיות מוזמן ללמד בישראל, זו הזדמנות מיוחדת בעבורי להרחיב את המודעות לעיסוי והרפואה התאית ברחבי העולם. כידוע תרבויות רפואה מסורתיות רבות ברחבי העולם אבדו ונראה היה שגם לרפואה התאית נועד גורל דומה, כיום הידע הרפואי האוטנטי של תאילנד נשמר, עובר בדיקה קפדנית ונמצא תחת פיקוח ממשלתי. בשנים האחרונות נעשים מחקרים על צמחי המרפא וטכניקות העיסוי כך שלמעשה בשירותי הרפואה התאית העכשווית תמצא שילוב של הרפואה המסורתית והרפואה המודרנית.

ש. העיסוי התאילנדי הופך פופולארי יותר מיום ליום, בתאילנד ומחוצה לה. למה?

ת. העיסוי התאילנדי הינו סוג מיוחד של עיסוי גוף, לרוב נראה שיפור מידתי במצב המטופל. העיסוי כולל אלמנטים רבים מהיוגה, עוזר לשחרר חסימות בשלד שריר ופותח את ערוצי האנרגיה (סנים) בגוף. מדובר בעיסוי הוליסטי שמהווה טיפול בטוח לכל מערכות הגוף, מגביר את רמת האנרגיה, משחרר לחצים, ומקדם את השלווה האישית של האדם ומעלה את המודעות.

ש. תוכל לספר לנו על הצעד הראשון שלך בלימוד ותרגול העיסוי התאילנדי?

ת. מעבר למסורת עליה גדלתי וחונכתי, לראשונה הכרתי את העיסוי לעומקו דרך דודי שמנהל את ביה"ח הישן בצ'אנג מאי. בזמנו הייתי עו"ד בשיא הקריירה שלי, אך עברתי תהליך פנימי שבמהלכו הבנתי שאני לא שלם עם המקצוע בו בחרתי. בשלב זה התחלתי לתרגל את טכניקות העיסוי, טאי צ'י ויוגה, כל אלה השפיעו על מצבי הנפשי רגשי בעוצמות חזקות, ולאט לאט הבנתי שזה מה שניכר עבורי ושבתחום זה אני רוצה לעסוק.

למעשה מוטיבים מהיוגה. העיסוי התאילנדי אפילו ידוע בכינויו "יוגה לעצל-נים"

אני מניח שלכל מורה יש עקרונות בהם הוא מאמין וזאת מתוך ניסיון אישי בטיפול ובדיקה של יעילות הטכניקות.

ש . האם אתה עוסק גם ברפואה סינית?

ת . למדתי מעט תיאוריה, TCM (רפואה סינית מסורתית) וטווינא. אך לא העמקתי. למדתי את הנושא בעיקר בכדי להשוות את עולם הרפואה הסינית לעולם הרפואה התאית.

ש . במהלך הסמינר כאן בישראל, באילו אספקטים של העיסוי התאי תתרכז?

ת . אנו נלמד את הרמה השלישית, ונתרכז בטכניקות מתקדמות של קווי האנרגיה (סנים) ונקודות לחיצה (אקופרסורה), נלמד לפתור מצבים בהם הסנים חסומים, וכיצד מחזירים בעזרת העיסוי את האיזון לגוף, נתרגל טכניקות מתיחות מתקדמות, ונלמד עיסוי ותרגול יוגה שמפעיל את קווי האנרגיה.

מתוך היכרות אישית מתמשכת, אני יכול להעיד שהמניע האישי של מאסטר שונגקול הוא הכרת ואהבת האדם, החזון והמחויבות ליצור מפנה בתודעה הכללית ביחס לרפואה התאית המסורתית להפיץ אותה בעולם ולשמרה. כך הוא נוגע בחייהם של אנשים רבים ברבדים שונים ועושה זאת בכבוד וברגישות.

תרגמה: לין מיטשל
lynnchell@gmail.com

ש . מה ההבדלים בין סגנון הטיפול הצפוני לדרומי?

ת . הטיפול הדרומי מתמקד בעיקר בנקודות לחיצה (הקופרסורה), ופחות במתיחות. מדובר בעיסוי יותר סטטי. סגנון הטיפול הצפוני הוא משולב ועשיר יותר, מתמקד במתיחות מעולם היוגה, בטכניקות עיסוי, משלב גם נקודות לחיצה (הקופרסורה) ועבודה על קווי אנרגיה (סנים), זהו סגנון יותר דינאמי.

ש . לראשונה פגשתי אותך לפני 15 שנים, מתרגל תאי צ' בשעות בוקר מוקדמות בפארק. כיצד התאי צ' משפיע עליך כמטפל וכמורה?

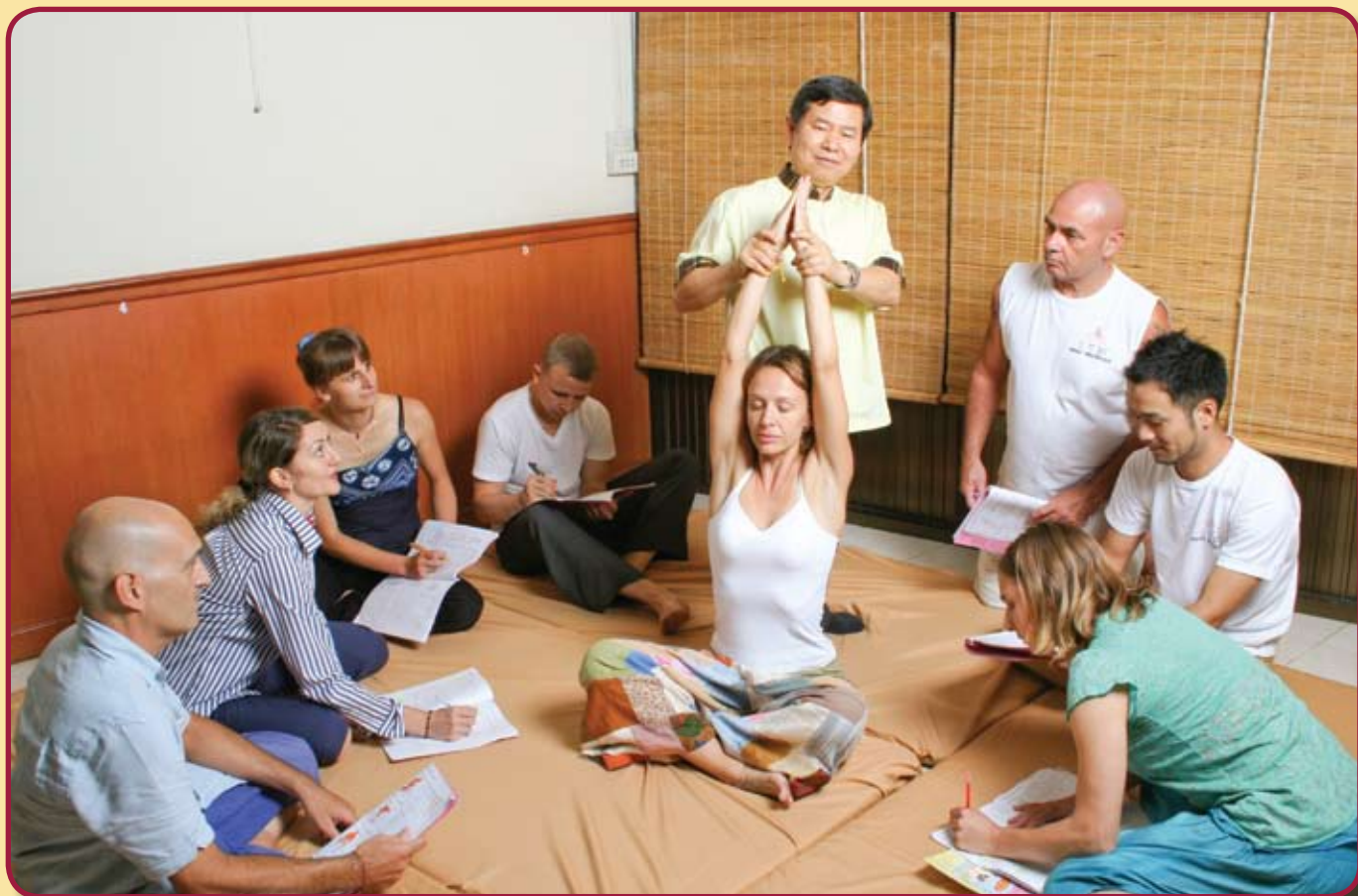
ת . התאי צ' הינו אימון מאד שימושי לעיסוי התאילנדי, אימנתי הרבה תנועות מהתאי צ' בכדי לעזור למתרגלים לעבור בקלות מתנוחה אחת לאחרת. ללא תנועות התאי צ' הטיפול נראה פחות זורם והרמוני, ונראה מכני. גם תרגול יוגה יכול לשמש לאותה מטרה.

ש . האם לדעתך חשוב שהמטפל יעסוק ביוגה בכדי לעסוק בעיסוי תאילנדי?

ת . זהו יתרון מאד גדול לעסוק בכל סוג של פעילות ספורטיבית ובפרט יוגה שתעזור למטפל לתת עיסוי טוב יותר ולהבין למעשה מה הוא נותן בזמן הטיפול, כיצד המתיחות משפיעות על הגוף.

ש . העיסוי התאילנדי מזכיר בהרבה רבדים את היוגה שמות הסנים (קווי אנרגיה) כמעט זהים לנדיס (קווי אנרגיה) מהיוגה. כיצד לדעתך היוגה משפיעה על העיסוי התאילנדי?

ת . אחד הדברים העיקרים והייחודיים בעיסוי התאילנדי הם המתיחות. שהם



052-2649264 03-5465826	עיסוי רפואי עיסוי שוודי הוליסטי עיסוי תינוקות	גלעד שפמן
050-4586760	עיסוי רפואי עיסוי שוודי	דב מושקוביץ
052-4671174	עיסוי שוודי הוליסטי עיסוי רקמות עמוקות	דוד אוחנונה
054-5557804	עיסוי רפואי	דמיטרי טל
052-6265667	עיסוי שוודי עיסוי תאילנדי	דן שטיין
052-5477567 04-6775278	עיסוי רפואי עיסוי שוודי עיסוי תאילנדי שיאצו , אבנים חמות נשים בהריון	דניאל סמלסון
050-3304559 052-6583555	עיסוי שוודי עיסוי טיפולי בטכניקות מתקדמות עיסוי נשים הרות עיסוי תינוקות שיטת פרימר	דרור זעירא
03-6700744 054-7318538	עיסוי הוליסטי	ולדימיר טורצ'ק
054-4749282 03-6482644	עיסוי שוודי רקמות עמוק עיסוי תאילנדי עיסוי צרפתי(ספורטאים) ארומתרפיה אקופרסורה לומי לומי	חיים גביש
052-3583555	עיסוי רפואי עיסוי הוליסטי Therapy Point Trigger	טל זיו
052-2585783 050-5318920	עיסוי רפואי משולב	יוסי נהרין
052-8906684	עיסוי רפואי עיסוי שוודי הוליסטי עיסוי ספורטאים עיסוי תאילנדי עיסוי תינוקות	מוטי בני
054-5960369 04-8710235	עיסוי הוליסטי	משה הדר

מספרי טלפון :	מורה מוכר <u>למעמד בכיר</u> במקצועות העיסוי :	שם המורה:
052-2246911	עיסוי שבדי הוליסטי עיסוי רקמות עמוק עיסוי נשים בהריון עיסוי תינוקות .	אביטל גרינפלד
054-4306930	עיסוי אינטגרטיבי טיפול במגע ותנועה	אבי בחט
052-8479406 02-9916875	עיסוי הוליסטי	אודי לישא
050-8512177 03-3944411	עיסוי שבדי עיסוי רקמות עמוק עיסוי תאילנדי אוקופרסורה כוסות רוח בעיות אורטופדיה	אייל ליצקי
054-3452453	עיסוי שוודי הוליסטי עיסוי תאילנדי מסורתי עיסוי באבנים חמות	אימאן הראל
052-6603921 09-8639430	עיסוי רפואי עיסוי ספורטאים עיסוי שבדי קלאסי עיסוי רקמות עמוק Therapy Point Trigger	אלכס בילקביץ
052-3658863 050-5709255	עיסוי תאילנדי אנמו עיסוי רפואי עיסוי שבדי עיסוי רקמות עמוק תאי יוגה תרפי עיסוי איור וודה	אלפונס טרשל
052-3612425	עיסוי משולב	בני בכור
050-5207077	בעיסוי שבדי עיסוי הוליסטי עיסוי רפואי עיסוי באבנים חמות	בתיה בן בשט
050-9467655	עיסוי הוליסטי עיסוי רפואי עיסוי ספורטאים אורטופדי עיסוי נשים בהריון עיסוי תינוקות מגע בטוח לטיפול בטראומה	גו-לייט מנדלצוויג

מספרי טלפון :	מורה מוכר <u>למעמד מוסמך</u> במקצועות העיסוי :	שם המורה:
052-5940454	עיסוי טאו טאץ תרפי עיסוי באבנים חמות	אורנה ארז
057-7705790 08-6377970	עיסוי שוודי עיסוי טכניקות מתקדמות שיאצו	גבי בן שימול
052-4661603	עיסוי רפואי	חן אסתר
050-5945893	עיסוי שוודי הוליסטי	יאן פרנקל
054-5818118	עיסוי שוודי עיסוי תאילנדי עיסוי באבנים חמות עיסוי נשים הרות ותינוקות	יוסי רחמני
054-4257114 03-5602516	עיסוי הוליסטי	יצחק גונן
054-9983355	עיסוי הוליסטי	עינב דה נינו
052-3728454 077-9528952	עיסוי שוודי עיסוי רפואי	צפי רביב לוי
050-6305363	עיסוי שוודי טכניקות מתקדמות	צפריר פזי
052-5311243	עיסוי רפואי טכניקות מתקדמות	רויטל מנדל
052-3708542	עיסוי שוודי עיסוי טכניקות מתקדמות	רון עזרא
050-9010626	עיסוי שוודי הוליסטי עיסוי תאילנדי	שחר ולרו
054-6931199 04-6931933	עיסוי הוליסטי אבנים חמות	שי בן נון

03-5610707 03-5351231 052-2570971	עיסוי שבדי עיסוי רקמות עמוק עיסוי תאילנדי אוקופרסורה כוסות רוח בעיות אורטופדיה	משה יעקובסון (ליסטון)-
054-6447222	עיסוי רפואי עיסוי הוליסטי עיסוי רפואי טאו טאץ תרפי עיסוי באבנים חמות	נטשה
050-5387073	עיסוי שוודי עיסוי הוליסטי עיסוי תאילנדי עיסוי באבנים חמות עיסוי נשים הרות עיסוי תינוקות	עודד אגאי
050-7470536	עיסוי משולב	צחי שבת
04-6763344 052-377776	עיסוי הוליסטי עיסוי שוודי עיסוי רפואי	ציפי קורן
052-3625093	עיסוי קלאסי עיסוי רפואי	קונסטנטין ברמן
052-2237103 03-5494484	עיסוי שוודי טכניקות מתקדמות עיסוי ספורטאים עיסוי נשים בהריון רקמות עמוק.	קרן לפלר
052-3658863 050-5709255	עיסוי שבדי עיסוי הוליסטי עיסוי תינוקות עיסוי נשים הרות עיסוי תאילנדי תאי יוגה תרפי עיסוי איור וודה	רחלי טרשל
050-6333582 08-9363796	עיסוי רפואי	שמעון גודלמן
03-5321196 052-4415311	עיסוי שבדי עיסוי רקמות עמוק עיסוי תאילנדי אוקופרסורה בעיות אורטופדיה	שמעון לוי-מוסן
054-7792207	עיסוי תאילנדי מסורתי +רפואי	שרית ברק



פורום מכללת רידמן ה-1 ברפואה אינטגרטיבית

היבטים חדשים בבריאות בעידן המודרני

חמישי, 25 ביוני, במסגרת תערוכת אלטרנטיבה 2009
בין השעות 09:30-14:00

מכללת רידמן, אתר הבריאות סטארמד וערוץ הבריאות
שמחים להזמין את ציבור המרפאים ההוליסטיים,
הרופאים והקהל המתעניין לפורום רפואה
אינטגרטיבית.

הנושאים שידונו בפורום:

- תזונה וצמחי מרפא מבריאם בעידן המודרני

בהנחיית פרופ' אבשלום מזרחי
המנהל האקדמי של מכללת רידמן

- טיפול משולב במחלות הסרטן – היבטים חדשניים

בהנחיית ד"ר יוסף ברנר
מנהל מחלקה אונקולוגית, ביה"ח וולפסון

בואו לשמוע את מיטב המומחים
בהרצאות מרתקות וברבי-שיח פתוחים,
אשר יאפשרו גם דיון בהשתתפות הקהל!

מספר המקומות מוגבל! יש לשריין מקום מראש

עלויות כניסה :

קהל רחב - 100 ₪

סטודנטים, בהצגת תעודת סטודנט - 70 ₪

סטודנטים ובוגרי מכללת רידמן - 40 ₪ בהצגת תעודת סטודנט

גולשי אתר "סטארמד" - 40 ₪ עם הצגת קופון מאתר סטארמד

כל חכשי הכרטיסים לכנס יקבלו כניסה חופשית לתערוכת אלטרנטיבה!





תמי ליאור-אהרוני
tami134@walla.co.il

יוגה ככלי ריפוי

כל אדם יכול לתרגל יוגה.

הפלא של היוגה הוא בכך שמתוך הרב גוונים שיש בה - האספקט הפיסי, הנפשי, הרגשי והאנרגטי - כל אדם יכול להחבר אליה מעולמו הפנימי וממדת הבנתו. ומכאן שהאסכולות רבות ומגוונות ולכן מורים שונים ולהם יש החיבור שלהם אל היוגה מתוך אישיותם וגופם.

למרות הפרשנויות והחוויות השונות שכל אחד חווה, ויש לברך על כך, **תרגול הה-תא יוגה הינו תרגול שמבטא את אחדותו של הגוף עם מהותו - ביטוי זה נחווה על ידי תרגול איחוד של נשימה, גוף, תודעה.**

לכן עלינו, בכל תנוחה, לחוות אותה מחדש כאילו תרגלנו אותה בפעם הראשונה. עם סקרנות ילדותית אפשר לחקור אותה, להתעטף בה כמו שמלה ולחוש את התחושות החדשות, את איכותה של הנשימה ואת רכותה.

יש שתי אפשרויות לשהות בתוך תנוחה:

1. לחוות את אי הנחות בתוך תנוחה ולנשום לתוכה. להתמודד עם הקושי ולהתבונן בתחושות ובשינויים המתרחשים. (בתוך כל תנוחה אפשר להקל, לכופף ברכיים, להקטין פיסוק, לנוח ואז להמשיך).
2. לצאת מהתנוחה - בהבנה שהיום היא לא מתאימה לנו וננסה שוב מחר.

איננו מחפשים אחר הדרך לאיזון המושלם - לאיחוד המיוחל, אלא לזהות את המנעד של החיים המשתנה תדיר. המשחק המתקיים תמיד בין האיזון לחוסר איזון. זיהוי חוסר האיזון גם אם הוא רגעי וגם אם ממושך, מלמד אותנו רבות על עצמינו. כשנלמד לזהות את החוסרים, מבלי לשפוט ולבקר, נלמד לקבל את עצמינו, מבלי לחוש את הצורך להשתנות ולשנות.

על מנת שנעשה זאת במודעות מלאה יש להבין עד כמה אנו משתנים מרגע לרגע:

תאינו מתחלפים כל הזמן, נולדים ומתים. ההשפעות הסביבתיות רבות, מזג אוויר, אור וחושך, מחזור חודשי וכו'. גופינו ונפשינו מגיבים תדיר ורגישים עד מאוד להשתנות התמידית.

לכן עלינו להתאים את התרגול בהתאם לצורך. אפשר להתחיל תרגול בקשב לנשימה, לספור אותה - את אורך השאיפה ואת אורך הנשיפה. אפשר לחוש את איכותה, את הטמפ' שלה, את הדרך שבה היא נכנסת אל הגרון, אל הריאות ומניעה את הסרעפת, לאחר זמן מה אפשר לחוש להיכן הנשימה מגיעה ולהיכן לא, האם יש איזור מתוח שהנשימה המלאה יכולה "לעורר" אותו וכו'. חקירה זו תוביל בסופו של דבר לקשב אמיתי ועמוק שמבין את השינוי התמידי שאנו חווים. בכך טמון יופיה וקסמה של היוגה.

הכוונה אינה "להגיע אל" - אלא פשוט להיות בהתבוננות מקבלת, ורק זה יכול להיות תרגול של חיים שלמים.

למידה של יוגה בלב פתוח, הנאה, שמחה וקשב לצרכיו של הגוף והנפש יכולים לכוון אותנו אל המקום הנינוח והיציב בתוך התנוחה ולהוות כלי נהדר של טיפול וריפוי עצמי.

הכותבת-בעלת תואר ראשון בלימודי מזרח אסיה, מטפלת ומורה בכירה ליוגה, מלמדת בקמפוס ברושים.

054-2270640

הנחת היסוד הזו משמעותית מאוד. על פניו נראית ברורה ומובנת אך רבים האנשים שפנו אליי ואמרו לי (ובטוחה שלמורים רבים אחרים): "אני לא יכול ללמוד יוגה כי אני לא רגוע" או "אני לא יכול ללמוד יוגה כי אני לא גמיש" וכו' וכו'.

חוסר הנגישות הזאת שלעתים מצטיירת מן היוגה לא יכולה להיות רחוקה יותר מן האמת:

היוגה יכולה לתת מענה לכל אחד ואחת בעיקר אם יש צורך באיזון נפשי, רגשי ופיסי: יציבה נכונה ותמיכה במבנה לקוי, שיפור קשב וריכוז, לימוד נשימה מודעת, חיבור ואיזון פנימי.

ביוגה אנו נושמים נשימה מלאה דרך הנחיריים. ממלאים את חלל הריאות הצלעות והבטן בשאיפה ובנשיפה מוציאים אוויר מן הנחיריים. הנשימה המלאה יוצרת מצב שבו הגוף סופג יותר חמצן ומאפשר לתאים ולאיברים השונים לספוג חמצן עשיר המובל על ידי הדם כאשר הפחמן הדו חמצני מוצא מהגוף ביתר יעילות.

תנוחות היוגה מלוות בנשימה ויוצרות תנועה פנימית: איברים פנימיים מתרעננים, בלוטות מקבלות עיסוי והורמונים מתאזנים, מערכת העצבים שוקטת.

לכל תנוחה יש את היתרונות שלה :

כשהנשימה רגועה, מלאה ונינוחה - הגוף יחווה את מלוא איכותה של התנוחה הנהדרת.

לדוגמה כפיפה לפניים מעמידה (אוטנאסנה):

- שרירי הירך האחוריים ימתחו, שרירי הגב התחתון יתארכו והחוליות יתרווחו באנחת רווחה.

- הבטן תלחץ אל הירכיים והאיברים הפנימיים יקבלו עיסוי נעים.

- ביציאה מן התנוחה האיברים יחושו רעננים ומלאי מרץ לפעול כמיטב יכולתם.

- דם יזרום אל הראש ויבהיר את המחשבות בעזרת החמצן העשיר.

- כשהגוף חש בנוח המחשבה קצת יותר רגועה. התודעה יכולה להתרכז בכאן ועכשיו ולחוש את החוויה של הגוף במלואה.

מה קורה כשלא נוח בתנוחה?

למשל בכפיפה לפניים כאשר הברכיים ישרות, לאדם ששרירי גבו קצרים וחיילים: העומס על הגב גדל, בית החזה נסגר ולריאות קשה לנוע בתוך החלל המצומצם ולספוג באופן מירבי את החמצן שנכנס. הנשימה תגיב לאותו אינוחות ותתקצר, כשהנשימה תתקצר והגוף לא שרוי בנינוחות השרירים מתכווצים, והמחשבה נאחזת באותה אינוחות והופכת ללא שקטה.

תנוחה זו איננה יוגה. גם אם התנוחה נראית נפלא מבחינה אסתטית אך המחשבה והנשימה אינם מאוחדים עם הגוף, אין זו יוגה.

הביטוח המתאים ביותר לעוסקים במקצועות העיסוי בישראל - ענת רפפורט*

✓ כיסוי למקרה של תביעה פלילית - הטרדה מינית.
ללא ארבעת הרכיבים הללו המטפל נשאר חשוף לתביעה אישית למרות הביטוח.

הפוליסה הטובה והמקיפה ביותר שניתן לרכוש כיום היא הפוליסה הייחודית לחברי האיגוד הקרויה בשם "פוליסת הענ". פוליסה זו היא הטובה הייחודית הקיימת לחברי האיגוד בלבד.
לפוליסה יתרונות אדירים אשר לידה כל פוליסה אחרת מתגמדת:

סכום כיסוי של \$10,000,000 :

בעידן זה של תביעות מנופחות, חשוב מאוד שסכום הביטוח יהיה גבוהה ככל האפשר, בפוליסה הייחודית לחברי הארגון הסכום הכולל מגיע ל- 10 מיליון דולר.

כיסוי גם לעבר וגם לעתיד:

חשוב מאוד שהפוליסה תוכל לכסות גם טיפולים מהשנים הקודמות וגם שבע שנים לפחות בעתיד. כך המעבר מחברה לחברה יהיה חלק ובטוח!
פיצוי גם לנזק תוצאתי: בלעדי לפוליסת הארגון - צורך נוסף הוא הגנה ופיצוי במקרה של תביעה בגין נזק תוצאתי. דעו, גם מטפלים מצוינים, מנוסים ומקצועיים חשופים לתביעות.

כיסוי מיוחד לתלונה בגין הטרדה מינית:

בעיקר במקצועות העיסוי הכרחי שהפוליסה תגן עליכם גם מפני תביעות על הטרדה מינית. כיום יש בשוק הביטוח פוליסות רבות שאינן כוללות רכיב זה אשר הוצא מהן והוחרג באופן מפורש! בידקו עוד היזהרו גם מפוליסות המגבילות את מספר הטיפולים החודשיים.

פוליסה בפיקוח ובהמלצת הארגונים המקצועיים:

במשך שנה וחצי עמלו ראשי הארגונים המקצועיים ביחד עם יועץ חיצוני שני שכר לשם כך, על בנייתה של פוליסה ייחודית זו, שאין מקבילה לה בישראל, עונה באופן אוטומטי על כל הצרכים הביטוחיים. הפוליסה המקיפה נמכרת אך ורק לחברי האגודה. לפרטים ניתן לפנות למזכירות האגודה.

יעוץ וליווי משפטי וניהול סיכונים:

ההגנה המשפטית הטובה והמקצועית ביותר בתחום הרשלנות הרפואית. לחברת הביטוח מערכת משפטית ותיקה מקצועית ואמינה שתוביל את החברים למצוא את הדרך הטובה ביותר בתחום התביעות ברפואה משלמה.

*ענת רפפורט היא מנכ"ל מרכז הביטוח לרפואה משלמה, סוכנות רפפורט מדנס בע"מ, נבחרה על ידי האיגוד לייצג בנושא ביטוח לחברים.

בעידן בו אלפי עורכי דין חדשים מצפים את השוק ומייצרים לעצמם עבודה מידי שנה, חל ריבוי בתביעות של מטופלים כנגד מטפלים. תביעות בגין רשלנות, תביעות על נזק תאונתי, נזק כתוצאה מתכשירים פגומים ואפילו תביעות בגין הטרדה מינית. חלק מהתביעות מופרכות מיסודן ובחלקן יש ממש. ריבוי התביעות העלה גם את המודעות של המטפלים במקצועות העיסוי בצורך להגן על עצמם ולרכוש ביטוח. כיום חלק גדול מהמטפלים ברפואה משלמה בישראל דואגים לעצמם ורוכשים ביטוח.

במאמר קצר זה אתן לכם טיפים עימם תצטיידו בבחירת פוליסה נכונה. בנוסף אספר לכם על פוליסת העל הייחודית לחברי האיגוד. העצה המקצועית הראשונה שאני יכולה לתת לכם הינה: לכו למומחה לתחום עיסוקכם. כמו שבבעיה בשיניים לא פונים למומחה לעיניים, כך גם ברכישת ביטוח חשוב כי ביום התביעה סוכן הביטוח ידע לייצגכם נכונה מול חברת הביטוח. אז עכשיו נותר להחליט באיזה פוליסה לבחור.

ראשית לכל, חשוב שהפוליסה תהיה ללא תאים ביטוחיים אפורים. הסיבה העיקרית לרכישת ביטוח הינה "שקט נפשי", אז מה הועילו חכמים בתקנתם אם הפוליסה אינה מושלמת והמטפל עדיין חשוף לתביעות אישיות שהפוליסה אינה מכסה. ניסיון של 22 שנה בביטוח מטפלים ברפואה משלמה בכלל ובי מקצועות העיסוי בפרט, לימד אותי כי פוליסה למטפלים חייבת לכלול ארבעה רכיבים:

- ✓ אחריות מקצועית - המגנה עליכם מפני תביעה בעילה של רשלנות בטיפול.
- ✓ צד ג' - המגן עליכם במקרה של נזק למטופל כתוצאה מתאונה.
- ✓ אחריות מוצר המגן עליכם במקרה של נזק כתוצאה משימוש במוצר פגום.

האיתנו - רפואה טיבולית
יולי-אוגוסט 25 שנת ניסיון

באר שבע:
חתם טבע מרקס
דרך חברון 80/23 מרכז כיב
טל: 08-724-700-1700
שעות פעילות: א-ה: 09:00-21:00
א: 09:00-15:00

תל-אביב:

מנחם כהן 126
טל: 03-5610608
שעות פעילות: א-ה: 09:00-19:00
א: 09:00-14:00

מחסן ומשרד מרכזי:

כפר הנביא 284
טל: 08-9330535
שעות פעילות: א-ה: 07:30-17:00

כל הציוד למטפלים ברפואה הטבעית
מגוון גדול ביותר
איכות גבוהה
מחירים זולים

רשת החנויות:

ירושלים:

הבית הירושלמי לרפואה משלמה
דרך האחות 2, עין כרם
טל: 02-6448346
שעות פעילות: א-ה: 09:00-19:00
א: 09:00-14:00

חיפה:

רענן בית טבע
מוריה 58
טל: 04-8262728
שעות פעילות: א-ה: 08:00-20:00
א: 08:00-16:00

1800-350-007

www.tevadirect.co.il

e-mail: amitayir@zahav.net.il

לראשונה
בישראל!

הלשכה למקצועות בריאות משלימים
וסוכנות הביטוח רפופורט מדנס
מציגים את:

פוליסת העל

פוליסת הביטוח המקיפה והמשתלמת ביותר בישראל
הכוללת הטבות והגנות למטפלים, **ללא תקדים!**

- בלעדי - כיסוי לאחריות מקצועית בגובה \$10,000,000
- בלעדי - כיסוי לאחריות המוצר למקרים של תכשירים ומוצרים פגומים
- בלעדי - ההגנה המשפטית הרחבה ביותר גם לתלונות על הטרדה מינית
- בלעדי - פיצוי מוגדר לנזק תוצאתי שאינו נזק גוף
- בלעדי - תקופת דיווח מוארכת - תקופת גילוי ורצף ביטוחי
- הטבות והרחבות נוספות לחברי הלשכה!

רק ברפופורט מדנס: ביטוח אבדן כושר
עבודה עיסוקי מיוחד למטפלים



הלשכה למקצועות
בריאות משלימים
www.altmedor.com



ענת רפופורט
שוקי מדנס



רפופורט מדנס

סוכנות הביטוח המובילה בישראל
לביטוח העוסקים ברפואה משלימה
במקצועות הספורט והקוסמטיקה

ביטוחי בריאות
פרטיים לך
ולמשפחה



מאות חברים כבר מימשו זכותם. הצטרפו גם אתם וביחד נהנה מעוצמת הארגון!

טל. 03-5754446 • פקס: 03-5754449
site: www.rap-mad.co.il



ד"ר אלכס בילקביץ
www.wingate.org.il

vertebrobasilar insufficiency



(Vertebrobasilar insufficiency) V.B.I

הצוואר, האזור הרגיש והעדין ביותר בגופינו, ד"ר אלכס בילקביץ נותן לנו חומר למחשבה.

VBI מתייחס למצב בו זרם הדם לעורקים הבזילרים ווורטברלים מוגבל מסיבות שונות. הדבר מביא לחוסר אספקת דם לחלק הפוסטריורי של המוח. המוסד הלאומי למחלות נירולוגיות ומחלות קמיוניקטיביות בארה"ב מגדיר את הסימפטומים העיקריים לבעיה זו כאחד מהבאים: סחרחורות, אטקסיה, הפרעות ראייה ושינויים מוטורים וסנסורים.

אל אף העובדה כי VBI יכול לנבוע מאב-נורמא-ליות מולדת, נפוצה יותר היווצרותו בעקבות ארת-ריסקלרוזיס ועקב כך הצרות של כלי הדם ויצירת פלאקים ייחודיים.

היות וכלי הדם מוקף בעצם בדיקת דופלר פחות רגישה לאבחון הבעיה וסיבה נוספת לכך הינה כי ריכוז הפלאקים נעשה בעיקר בחלקו התחתון של כלי הדם, אזור עמוק יותר וקשה לפענחו. כיום אנ-גיוגרפיה רדיוגרפית הינה הכלי האבחוני היעיל ביותר בכדי לקבוע בוודאות את מקור הבעיה. הטיפול העיקרי הינו תרופות לדילול הדם.

בעת בדיקת מטופל המתלונן על בעיה צווארית או מטופל המתלונן על בעיה בגפה העליונה עם הקשר צווארי יש להעריך באם מקור הבעיה נובע מ VBI. כבר בעת לקיחת האנמנזה יש לתשאל המטופל לגבי הקשר בין תנועות הצוואר לבין אחד מהסימפטומים אשר מוזכרים להעיל. בעיקר תנועות אקטיביות של אקסטנציה או רוטציה לאחד הצדדים.

טרם הבדיקה הפיזיקאלית של המטופל יש לבצע בדיקה השוללת קשר זה. הבדיקה: המטפל עומד לפני המטופל, אוחז בשתי ידיו את ראש המטופל. המטופל פל מסובב את הגוף מצד לצד מבלי להניע את רגליו. על ידי סיבוב הגוף מתחת לראש הדבר מנטרל את האפקט של האוזן התיכונה ושולל כי מקור הסחרחורת נובע משם. באם בדיקה זו יוצאת חיובית יש להפנות המטופל לרופא ולא להמשיך בטיפול טרם אישורו.



מקורות:

practical Orthopedic Medicine G.D.Maitland 1993.1
Nebraska medical center web site.2

הכותב-מנהל את בית הספר לרפואה משלימה, בבית הספר למאמנים ומדרי-כים עש"נט הולמן במכון וינגייט

קלפי טיפול ואימון.



עדבה דביר

edvir@bezeqint.net

דוגמאות ורעיונות לעבודה:

1. שימוש בקלפים בפתיחת מפגש טיפולי – כפתיח לשאלה: "עם מה באת היום?"

א. הזמנה למטופל לבחור לעצמו קלף גלוי (מערכות בהם יש ציורים במגוון נושאי חיים כמו: ערכות HO, HABITAT, ספקטרה) שיהווה את "כרטיס הביקור שלו" למפגש. עבודה זו מביאה את המטופל לחפש בבחירת הקלף דימויים התואמים את רגשותיו ולהרחיב עליהם את הדיבור - ומיצרים חיבור מיידי יותר אל הנושאים הרגשיים המעסיקים אותו. תפקיד המטפל, בנוסף להקשבה ולהכללה, הוא להשתמש במידע הרגשי העולה מתכני הקלף כדי לאסוף נתונים שיובילו אותו בסוף המפגש לאבחנה ברורה ולבחירת תהליך הטיפול.

ב. ניתן לעשות את העבודה כאשר ההנחיה למטופל היא לבחור לעצמו קלף אקראי (סמוי), ולבקש ממנו למצוא בקלף שנבחר חיבור לעולמו ולתכנים הרגשיים המעסיקים אותו. עבודה זו מחייבת את המטופל להתחבר לתכנים שלא היה מודע להם קודם, היא כמו חכה הדגה תכנים ממעמקי הנפש - מעלה אותם על פני השטח - ומביאה למרחב הטיפולי חומרים רגשיים, שהמטפל עונה עליהם בצורת התמציות המתאימות - בפרחי באך - או בסוג המגע או במיקום שעליו יושם הדגש במהלך המפגש הטיפולי.

2. שימוש בקלפים להרחבת הדיבור על רגש או מצב התנהגותי שמעלה המטופל.

שימוש בערכות קלפים המלאות בצבעים או בקולאז'ים צבעוניים (ערכות ECCO ושילובים) - תאפשר למטופל להתחבר אל החלק הלא רציונאלי, בצורה אינטואיטיבית לגעת בעוצמות ובתכנים ולהרחיב עליהם את הדיבור. למשל - בעקבות כך שהמטופל מדווח שהוא מרגיש מתח ולחץ (בפרחי באך זו התמצית IMPATIENCE) - מזמינים אותו לבחור קלף צבעוני שמדגים את האיכויות של המצב הזה - ולאחר שדיבר על רגשותיו באמצעות הצבעים והצורות שבקלף, - מזמינים אותו לבחור קלף המייצג את האיכויות של הרגש ("המעלה הנגדית") איליו היה רוצה להגיע.

3. שימוש בקלפים מעולמות תוכן שונים כדי להעשיר את המבע הרגשי – לדוגמא:

שימוש בקלפי חיות (אנימל, קלפי סגולה), כדי לאפיין צדדים שונים שלנו - כחלק מתהליך ההיכרות של המטופל (החיה שמסמלת את החוסן שלי, החיה שמסמלת את מה שאני מחפש, החיה המייצגת איך אני מתנהג בבית/בעבודה/עם חברים ועוד). שימוש בקלפי אגדות וסיפורים (SAGGA, MYTOS, 1001, מרלין, נריה) כדי להרחיב את הדיבור על התנהלות בחיינו באמצעות הסמלים הקיימים בהם. (כוחות להם אני זקוק/ אני כגיבור במסע חיי/ החלום שאני רוצה להגשים/ועוד).

שילוב של עבודה עם קלפי טיפול ואימון (COACHING) - בעבודת המטפל גוף-נפש

דר באך שילב בשיטת הריפוי של תמציות הפרחים - גם את עבודת המודעות הלוקחת את המטופל במסע מהמקום הלא מאוזן של התמצית ("שילי") - אל המצב המאוזן ("חיובי"). הגדרת כל אחת מהתמציות מספקת לנו את מפת הדרכים המראה לנו את שתי הקטבים, ופורסת בפנינו את הדרך אותה יש לעשות עם המטופל שלנו, בצמוד ללקיחת התמצית. בכתביו קורא דר באך לתהליך הזה:

" TO DEVELOP THE OPPOSING VIRTUE" - לפתח את המעלה הנגדית. על המטפל לספק כלים של אבחנה והעלאה למודעות, תמיכה רגשית וליוויו במהלך מפגשי הטיפול, כדי לאפשר את הדרך בה הולך המטופל הלוקח את התמציות, לקראת המצב המאוזן. (לדוגמא: לעבוד לקראת האומץ בתמצית MIMULUS, לקראת קבלה והכלה בתמצית BEECH וכו'). התהליך הזה נכון גם לגבי מקצועות טיפוליים אחרים בתחום הרפואה המשלימה - כולל מקצועות המגע.

אחד הכלים העיקריים בעבודתו של המטפל היא הראיון, השיחה והדיבור - התקשורת בנו ובין המטופל. אנו עובדים גם עם המידע הנמסר לנו מילולית על ידי המטופל, ואוספים גם מידע משפת הגוף, המראה, והיסטוריה רפואית. עבודה עם קלפי טיפול ואימון מאפשרת לנו להרחיב את אמצעי הדיבור והתקשורת בנו ובין המטופל במהלך סדרת מפגשי הטיפול.

קלפי הטיפול והאימון (קלפי קס"ם) - הם ערכות קלפים השלכתיים שפותחו בשיתוף פעולה של אנשי מקצוע טיפוליים ואנשי מקצוע מתחום האימון. הקלפים השונים מכילים ציורים, צילומים, ומילים במגוון מצבי חיים. התנסות עם הקלפים מרחיבה את מעגלי המודעות באמצעות דימויים ומטפורות כדי למצוא דרכים חדשות לאבחון נושאים מרכזיים בחיים. קלפי הטיפול הם כלי לעבודת מודעות ותקשורת של המטפל עם מטופליו, ושלו - עם עולמו הפנימי. העבודה עם הקלפים מאפשרת מסע של חקירה רוחנית מעמיקה בנבכי הנפש והלא מודע, ובכך מביאה אל המרחב הטיפולי נושאים לעבודת ריפוי וטרנספורמציה באמצעות התובנות הנוצרות בתהליכי העבודה. העבודה עם הקלפים מוסיפה עניין וגיוון למפגשים, היא מביאה איכויות רגשיות שעולות בעקבות המפגש עם הצבעים והדימויים ההופכת אותם לנגישים יותר - מיידיים יותר, מוסיפה את המפגש היצירתי עם האקראיות המעלה על פני השטח חומרים שלא היו נגישים קודם - ומאפשרת עבודה עמוקה של מודעות וביטוי הרגשות וגם איסוף מידע נפשי ורגשי המכוון את המטפל לבחירה של אופני הטיפול במגע ובתחומים נוספים.



מהות
מכללה לרפואה משלימה

בחסות מרכז ההשתלמויות

בר-אילן



**מגוון תוכניות לימוד וסדנאות
למטפלים, מסאגי שיקומי ועוד...**

קליניקות להשכרה על בסיס המתאים למטפל

רח' דרך השלום 5, תל-אביב (ליד עזריאלי)

טל: 03-5375055 פקס: 03-5376080 www.mahut.co.il



יוצור שמנים בכבושה קרה

לקוסמטיקה

עיסויים

ומזון

**מכירה ישירה מהיצרן למטפל
* חדש! אבקות פילינג טבעיות**



of שמנים



אודות ns שמנים

ns שמנים הינה חברה המפיקה שמנים מזרעים בכבישה קרה ראשונית, לתעשיות הקוסמטיקה, המזון, הפרמצבטיקה, עיסויים וספא.

הפקת השמנים מתבצעת בעזרת מיכון חדשני ותוך הקפדה על סינונו ואריזתו של השמן.

ns שמנים הוקמה מתוך ניסיון של שנים בהפקות שמנים, ומצורך עכשווי לספק לצרכן, אמיונות, יושר ואיכות מוצר.

הפקת השמנים נעשית בחום שאינו עולה על 40 מעלות, המאפשר שמירה מלאה של הויטמינים, המינרלים וחומצות השומן בשמן.

הקפדה ופיקוח אישי על מערך הסינון, הינו תהליך המייחד את **ns שמנים**, רמת הסינון הגבוהה במערכות סינון עד לרמת 0.2 מיקרון, מאפשר את שימוש של השמן בתעשיות המזון והפרמצבטיקה.

לאחר הסינון מתבצע דיגום של השמן ושליחתו למעבדה חיצונית, הבודקת למעלה מעשרים פרמטרים שונים.

השמן נארז באריזה אטומה לאור, ונשמר במקום קריר בכדי להבטיח את איכותו ואורך חיי המדף.

ביכולתנו להפיק שמן משבעים סוגי זרעים ויותר, כשהבולטים בהם: שמן זרעי רימונים, פשתן, קצאח, משמש ועוד. השמנים מסייעים להורדת רמת הסוכר, הכולסטרול ושאר תחלואי הגוף והנפש.

אנו מחזיקים באישור להפקת שמן אורגני, בפקוח אגריאור (PPIS) וכן באישור כשרות.

ns שמנים ממוקמת בנגב המערבי, מתחדשת ומתעדכנת בזכות מחקר, יזמה וכושר שינוי תמידי, האופייני ומייחד אותנו. מוצרינו מיוצרים ומשווקים בסטנדרטים אירופאים גבוהים ביותר.

ns שמנים שמה לה למטרה להביא לתודעת הצרכן את החשיבות באופן הפקת, סינונו ואכסונו של השמן לנופיו ובריאותנו.



**"עשה מזונותיך תרופותיך, ותרופותיך
מזונותיך..."**

קיבוץ כיסופים ד.ג. נבב 85130 ■ פקס: 08-9928708
office@nsoils.com ■ www.nsoils.com

לגעת בחלומות.



גדעון מנדה

www.metapel.co.il

לגעת בחלומות

קושי נוסף העולה מגישה זו, הוא הצורך "במומחה" לפיענוח החלום. כאשר המטפל הוא זה המפרש את החלום, ולא החולם עצמו, מביא עימו המטפל סט מוכן של פתרונות, מן הספרות והתיאוריה, עד כדי כך שלעיתים הוא שוכח לבדוק האם פירוש החלום מתאים באמת למטופל המסויים הזה, היושב כעת עימו.

הגישה האקזיסטנציאליסטית לחלומות:

גישה זו טוענת כי האדם המתאים ביותר לפענוח החלום הוא כמובן החולם עצמו. הגישה האקזיסטנציאליסטית טוענת כי **החלומות באים כדי לגלות ולא כדי להסתיר** - אחרת לא היו נגלים לנו כלל. חלומות הם אינם חידה המקשה בפתרונה - אלא מהוים קריאה לדבר מה או עניין שעל החולם להביט בו. מדרד בוס, פסיכיאטר שוויצרי, טוען שכשם שיש לנו עולם בו אנו חיים כשאנו ערים - כך יש לנו עולם בו אנו חיים בחדלום. לום. התנהגותנו בחלום אינה אלא שיקוף של התנהגותנו בעולם. לפיכך, החלום הוא גם הזדמנות עבורנו לפגוש את עצמנו ולהביט בעצמנו ובדרכנו בעולם.

בכדי לפתור את משמעות החלום אפשר לשבת עם המטופל ולבקש ממנו לחלום מחדש ובקול רם את החלום.

לתאר את שהוא רואה בחלומו פעם ופעמיים נוספות. לבקשו

לתאר את שהוא רואה במספר הפרטים הרב ביותר, מבלי לערב את

רגשותיו שעה שהוא צופה בחלום.

המטופל יתאר זאת כאילו היה צופה בסרט. אחר כך, במשותף עם המטופל יש לבדוק מה בא החלום לשאול אותו. איזה תחום בחייו בא החלום לאתגר ולהאיר.

מה משקף עבורו החלום מדרכו שלו בעולם. מה מסמל כל פרט בחלום עבור המטופל, לא עבור המטפל.

יתרונן חשוב של החלום הוא בכך שמקורו אצל המטופל עצמו - ובכך למעשה מה מציג המטופל בעצמו, בעזרת החלום, את השאלות עליהן עליו לענות. חלומות הם כלי עזר נהדר וחשוב בטיפול, אל תותורו עליהם.

לכו בעקבות החלומות.

הכותב-הוא פסיכותרפיסט, בעל תואר ראשון B.A, M.A בוגר NSPC לונדון. מרצה ומנחה קבוצות, מטפל בגישה האקזיסטנציאליסטית.

050-4343511

החלומות מהווים חלק בלתי נפרד מחיינו. כולנו חולמים. חלקנו מטיב לזכור את החלומות וחלקנו נוטה שלא לזכור אותם. חלומות הם מגרים ומסקרנים, וככאלה הם מגיעים גם אל חדר הטיפולים. גישות שונות בפסיכותרפיה מציעות דרכים שונות להתייחס אל החלומות או להבין את המסר הטמון בהם.

גישתו של פרויד לחלומות:

על פי גישתו של זיגמונד פרויד, אבי הפסיכואנליזה, החלומות מייצגים משאלה כמסה, אשר באה על סיפוקה בחלום. כלומר, דבר מה שאנו כמהים לו או חוששים שלא נוכל להשיגו - מוצג בחלומנו כאילו התגשם. אולם, כדרכו של פרויד, הדברים אינם פשוטים כל כך.

מקורם של החלומות, על פי פרויד, בחלק "הלא מודע" של הנפש שלנו. אל "הלא מודע" מודחקים כל הרצונות האסורים, משאלות העונג ודחפי המין, אותו יצר "חיית" המצוי בנו אך אסור לביטוי

פי כללי החברה אנו חיים. אל הלא מודע שלנו מושלכים הדחפים הפועלים על פי עקרון העונג

האסור.

הפועלים על פי עקרון העונג

איזור הלא מודע שלנו, כמוהו כמרתף סגור השמור על ידי צנזור. אותו הלא מודע, יודע היטב כי מידע ומסרים המושלכים אליו, הנושאים פעמים רבות אופי אימפולסיבי, מיני, תשוקתי ואחר, לא יוכלו לעבור את מחסום הצנזור שלנו ולהגיע אל האיזור המודע שלנו.

לכן, בחלום, "מתחכם" הלא מודע ומביע את דברו בתחבולות וסמלים. הוא מסווה את המסר שלו בדימויים שונים ומסתיר את שרצה למעשה לומר. הוא משלב אירועים ומשאלות מהילדות בתוך אירועים עכשוויים, מחליף דמויות ואיברים. כך למשל 2 דוגמאות מפורסמות ונפוצות מספרות על תיבת תכשיטים כסמל לאיבר מין נשי, ועל נחש כסמל לאיבר מין גברי.

יש משהו מושך ומפתה בגישה זו, המשלבת עולם של מציאות ופנטזיה. עולם של סמלים, תחפושות ופיענוח.

אולם נשאלת השאלה - מדוע ידרש כל כך הרבה מאמץ בפיצוח החלום - אם מטרתו של הלא מודע להעביר מידע אל המודע שלנו?

דרור זעירא

zeria@zahav.net.il



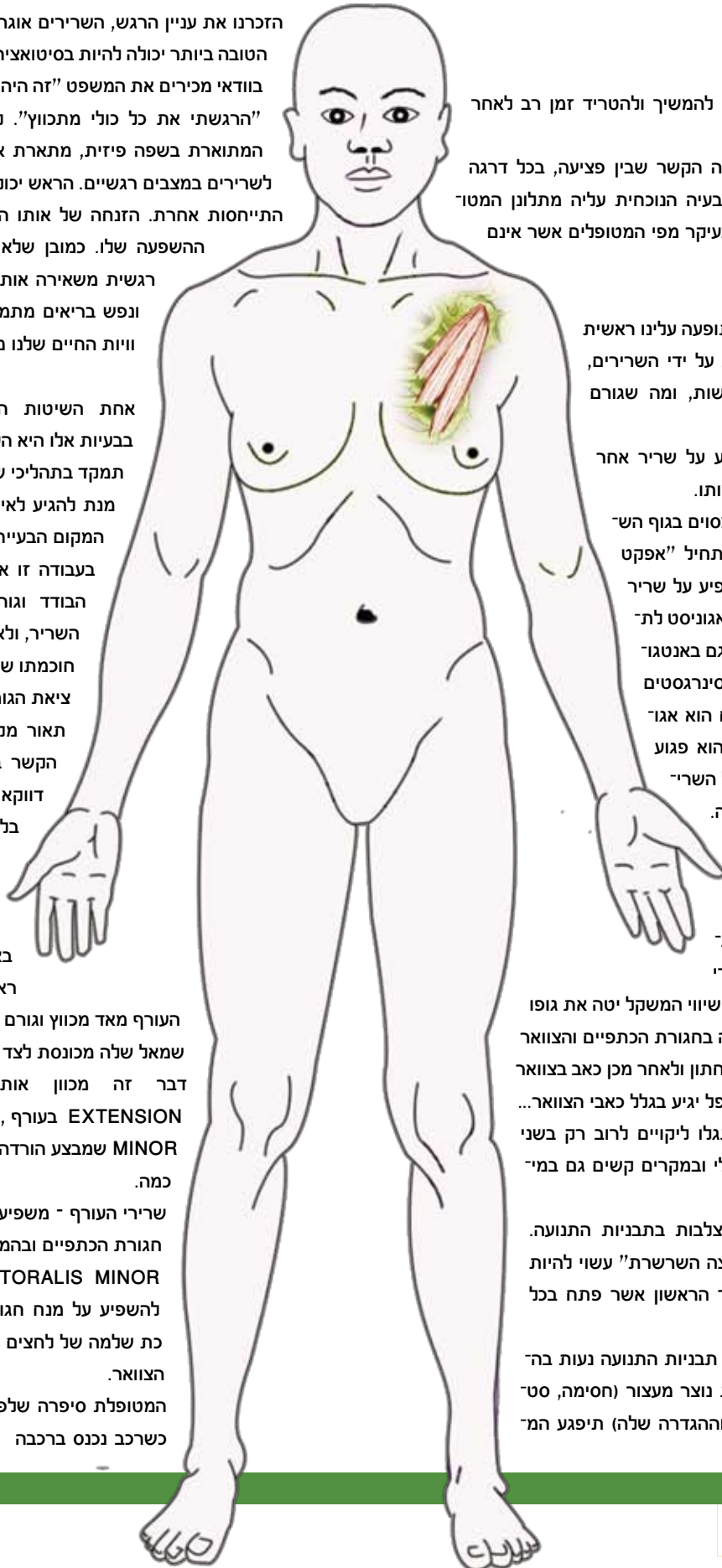
מה קשור

מה יכול לגרום לפציעה ישנה להמשיך ולהטריד זמן רב לאחר שכביכול החלמנו ממנה. מדי פעם נשאלת השאלה, מה הקשר שבין פציעה, בכל דרגה שהיא, שהייתה בעבר לבין הבעיה הנוכחית עליה מתלונן המטופל. תהיות מסוג אלה עולות בעיקר מפי המטופלים אשר אינם רואים את הקשר בין השניים.

על מנת שנוכל להסביר את התופעה עלינו ראשית להבין אותה. הגוף שלנו מונע על ידי השרירים, השרירים אוגרים בתוכם רגשות, ומה שגורם לשריר לפעול זה העצב. אנו יודעים שכל שריר משפיע על שריר אחר ולכל שריר יש שריר שמגבה אותו. כאשר אני מקבל מכה באזור מסוים בגוף השריר מגיב בהתכווצות, כאן מתחיל "אפקט הדומינו" כאשר כל שריר משפיע על שריר אחר. כך למשל פגיעה בשריר אגוניסט לתנועה מסוימת, תגרום לפגיעה גם באנטגוניסט שלו וגם בכל השרירים הסינרגיסטים הקשורים אליו. כל אחד מהם הוא אגוניסט לתנועה אחרת וכאשר הוא פגוע הוא ישבש את פעולתם של כל השרירים הקשורים לאותה התנועה. נשמע מסובך אבל בעצם די פשוט. דמיינו פגיעה כלשהי בקרסול, האדם יימנע מדריכה, ("ברייחה מכאב") יעביר את משקל הגוף לצד הנגדי וגם יצלע מעט, כדי לשמור על שיווי המשקל יטה את גופו לצד ה"בריא" ויאזן את ההטיה בחגורת הכתפיים והצוואר במשך הזמן, יופיע כאב בגב תחתון ולאחר מכן כאב בצוואר ואפילו כאבי ראש עזים. המטופל יגיע בגלל כאבי הצוואר... בבדיקת מנח היציבה שלו יתגלו ליקויים לרוב רק בשני המישורים, הסיטלי והפרונטלי ובמקרים קשים גם במישור האופקי. הניסיון לברוח מכאב יוצר הצלבות בתבניות התנועה. בסופו של תהליך, הכאב "בקצה השרשרת" עשוי להיות הרבה יותר דומיננטי מהמקור הראשון אשר פתח בכל החגיגה. גוף האדם נע בכל המישורים, תבניות התנועה נעות בהצלבה, כאשר בנקודה מסוימת נוצר מעצור (חסימה, סטגנציה, קריסטלים... כל שיטה וההגדרה שלה) תיפגע המערכת כולה.

הזכרנו את עניין הרגש, השרירים אוגרים בתוכם רגשות, הדוגמה הטובה ביותר יכולה להיות בסיטואציה בה אדם סופג עלבון, אתם בוודאי מכירים את המשפט "זה היה כמו אגרוף לבטן" או למשל "הרגשתי את כל כולי מתכווץ". למעשה התחושה הרגשית המתוארת בשפה פיזית, מתארת אחד לאחד את מה שקורה לשרירים במצבים רגשיים. הראש יכול אולי לשכוח, השריר, צריך התייחסות אחרת. הזנחה של אותו הכיוון תמשיך את שרשרת ההשפעה שלו. כמובן שלא כל אמירה או התמודדות רגשית משאירה אותנו מכווצים ומקרטעים. גוף ונפש בריאים מתמודדים עם אחוז נכבד מהוויית החיים שלנו מבלי להותיר בנו סימן.

אחת השיטות הטובות והנפוצות לטיפול בבעיות אלו היא העיסוי הרפואי - שיקומי המדגיש את המיקום ומונע על כל הגוף על מנת להגיע לאיזון כאשר ניתן דגש גם על המקום הבעייתי וגם על הגורם הראשוני. בעבודה זו אנו מגיעים עד לרמת התא הבודד וגורמים לשחרור החסימה, השריר, ולאזון הגוף. חוכמתו של טיפול זה היא באבחון ומציאת הגורם הראשוני שגרם לבעיה. תאור מקרה לדוגמה הממחיש את הקשר בין כל מערכות הגוף ולאודוקא בתוך מערכת התנועה בלבד: מטופלת הסובלת מהשמנת יתר ומבצקות מעל לקרסול. באבחון ראשוני נמצא שהראש שלה נוטה קדימה כאשר העורף מאד מכווץ וגורם לסנטר להיות מוגבה, וכתף שמאל שלה מכוונת לצד המידיאלי. דבר זה מכוון אותנו לשרירים שמבצעים EXTENSION בעורף, ולשריר PECTORALIS MINOR שמבצע הורדה וסיבוב כלפי מטה שלה כמה. שרירי העורף - משפיעים על מנח חוליות הצוואר, חגורת הכתפיים ובהמשך על היציבה כולה. PECTORALIS MINOR - שריר קטן היכול להשפיע על מנח חגורת הכתפיים וליצור מערכת של לחצים הפועלים על העורף וקדמת הצוואר. המטופלת סיפרה שלפני שש שנים עברה תאונה כשרכב נכנס ברכבה מאחור בצד השמאלי, אבל





מיטת טיפולים
יציבה הכוללת
תיק נשיאה

משלוח לזר בית האקו לארץ מקום האמת



לפני האקו אוליזה 15
יקרא בקליין מיטה
כפית וצו לעולם
אא לעולם מתקבל!

- רפואה סינית
- שמנים ארומטיים
- שמיני בסיס
- פרחי באך
- נרות הופי
- קוסמטיקה טבעית
- מיטות טיפול
- מוצרי ספא
- ציוד חד פעמי
- מוצרי אוירה וריח
- אריזות

1-700-709-444

היא אינה רואה כל קשר בין התאונה לבעיות שלה מכיוון שההשמנה והנפיחות החלו רק לפני שנה וחצי.
ביקשתי מהמטופלת להביא תמונה שלה שצולמה לפני התאונה כשהיא עומדת בפרופיל וחזית. וזאת על מנת להשוות בין מצב העורף והכתף לפני התאונה לעכשיו.
בבדיקה שביצעתי למטופלת בשרירי ה- PECTORALIS MINOR הופיעו כאבים מקומיים, וכן בחוליה C7 ממצאים אלו העלו את החשד שההשמנה נובעת מבעיית חילוף חומרים עקב מערכת של לחצים ומנח לקוי של בלוטת התריס וזאת למרות שבדיקות קופ"ח הראו שהבלוטה מתפקדת בגבולות הנורמה.

הכאב בשרירי ה- PECTORALIS MINOR גורם להטיית הכתף, הגורמת להתכווצות הסרעפת, המעכבת את הסירקולציה. ולכן זה הוביל אותי לחשוב שהשריר לוחץ על INFERIOR VENA CAVA (וריד חלול תחתון) ולכן אין סירקולציה טובה ודבר זה גורם לבצקת מעל לקרסול.

לאחר מס טיפולים הנפחות בקרסול ירדה והמטופלת אף דיווחה על הפחתה של 2 ק"ג ממשקלה וזאת ללא כל שינוי בהרגלי התזונה שלה.

המסקנה המתבקשת והידועה היא שמנח היציבה, יציבה נכונה ויצירת תזרים פיזיולוגי, אנרגטי ומנטאלי תקין הנם ערובה לבריאות תקינה ויכולת פונקציונאלית גבוהה.

מי מטפל בך ?

בחר במטפל מקצועי בחר במטפל החבר באיגוד מקצועי

איגוד מקצועות העיסוי מקבל רק מטפלים
שהכשרתם המקצועית נבדקה,

הצטרף עוד היום !

חברות באיגוד מקצועי
מציבה אותך בשורה
הראשונה של אנשי המקצוע
בישראל

דפוס אומן נהריה בע"מ 04.9823433

סוף החופש לבחור.



ניב דור-כהן

www.emetaheret.org.il

www.nivdorcohen.com

promoting coordination of all food standards work undertaken by international governmental and non-governmental organizations

"הגנה על בריאות הצרכנים והבטחת סחר הוגן בתחום המזון. קידום ושי- תוף פעולה בתחום תקני המזון הבסיסיים של ארגונים עולמיים, ממשלתיים ושיאינים ממשלתיים."

לכאורה, מטרות חשובות ונאורות. למעשה, וועדה זו מהווה את אחת הסכנות הגדולות ביותר לבריאות הציבור ולחופש שלנו לבחור במוצרים טבעיים ותוספי מזון.

המזון בשנים האחרונות הפך להיות עני ביטמינים ובערכים תזונתיים. צרכנים רבים המודעים לחשיבות שבאכילת מספיק וויטמינים ומינרלים, לוק- חים מדי פעם תוספות כדי להשלים את החסר.

גם על מחלות נפוצות ניתן להתגבר בקלות יחסית ע"י שמירה על כללי תזונה בסיסיים ואכילת צמחים מסויימים, כפי שהיה ידוע מזה אלפי שנים ברפואה המסורתית.

כמעט לכל צמח, פרי, עשב או תבלין יש תכונות ההופכות אותו לחשוב לשמי- רה על הבריאות או למניעה וטיפול במחלות.

אנחנו יכולים לשמור על בריאות הגוף ולמנוע מחלות דרך תזונה בלבד. ובמקרים מסויימים ניתן אפילו להתגבר על מחלות קשות כמו סרטן, רק בשי- נוי הרגלי התזונה.

היום ניתן לקנות בכל חנות או סופר מאות סוגים של תוספי מזון, חלקם טו- בים יותר, חלקם פחות, אך כולם מכילים ויטמינים/מינרלים ויסודות חיוניים אחרים הדרושים לפעילות התקינה של הגוף.

הוועדה מזמנת מומחים בתחום המזון והבריאות מכל העולם כדי להחליט על תקנים לבטיחות מזון, תוספי המזון, הויטמינים והמינרלים.

ב-31 לדצמבר 2009 יכנסו לתוקפם המלצות ועדת הקודקס. למרות שבהגדרתן אלו רק המלצות, כל מדינה החברה בארגון הסחר העולמי - WTO, תדרש למלא אחריהן כלשונן.

מדינה שלא תסכים למלא אחר חלק או כל ההמלצות תיאלץ לשלם קנס עצום. שימו לב לחלק מהמלצות הוועדה:

כל מזון (כולל מזון אורגני) יהיה חייב לעבור עיקור בהקרנות. למי שלא יודע, הרבה מזונות כבר היום עוברים הקרנות כדי לעקר אותם מחיידקים.

עיקור בהקרנות לא נבדק מספיק ולאורך זמן כדי לוודא שהוא אינו מזיק לגוף. כל חיה שמשמשת למאכל תהיה חייבת לקבל אנטיביוטיקה והורמון גדילה.

היום ידוע כבר שהאנטיביוטיקה הניתנת לחיות בתעשיית הבשר/הדגים/העופות מגיעה לגופינו ויוצרת זני חיידקים אלימים ביותר שעמידים לאנטיביוטיקה. הורמון גדי- לה משמש להגדלת התפוקה (חיה גדולה יותר משמעותה יותר כסף לכיסי המגדלים) והוא גורם לשיבוש המערכת ההרמונלית בגוף של מי

שצורך בשר המכיל את ההורמון. יותר השימוש ברעלים מסוכנים ביותר שנאסרו ע"י רבות ממדינות העולם

פרוייקט אמת אחרת מציג לציבור מידע שאינו מקבל הדים בתקשורת הממוסדת הפרוייקט עצמו מתחלק לשניים.

אחד, הקרנה פומבית של סרטים דוקומנטריים עם מידע אלטרנטיבי בנושאים רבים הקשורים ליחסים בין הון לשלטון, כיצד המערכת הפיננסית והבנקאית עובדת בעולם, רפואה אלטרנטיבית ועוד...

ושניים, יצירת פלטפורמה לדיון חופשי ואינטילגנטי בנושאים שהם 'טאבו' בכל מקום אחר דרך האתר והפורום שבו.

ידע זה כוח. לכן בעלי השליטה וההון אינם מעוניינים שנדע יותר מדי. נוח להם שאנחנו מקבלים את מה שהתקשורת מפרסמת כאמת ושנאנחנו לא חוקרים בעצמנו. מבחינתם, ככל שנדע פחות כך ייטב ולעתים קרובות דברים מוסתרים מעיני הציבור באמטלה שהציבור לא יידע כיצד להתנהג עם המידע

האמיתי, שאי אפשר לסמוך עליו להתנהג בבגרות. חשיבה אליטיסטית ויהירה זו מניחה שהציבור טיפש.

באתר הפרוייקט תוכלו לקרוא מאמרים ולראות סרטים דוקומנטריים בנושאים מגוונים:

www.emetaheret.org.il

Codex Alimentarius – סוף החופש לבחור / פרוייקט אמת אחרת

בשנות ה-60 של המאה הקודמת החליט האו"ם ביחד עם שני ארגוני הבריאות העולמיים של אותה התקופה - FAO / WHO, להקים גוף שיחליט על תקנים עולמיים לבטיחות מזון.

הוקמה ועדה שנקראה בשם - Codex Alimentarius. להלן מטרות הוועדה כפי שנוסחו באתר האינטרנט שלהם:

protecting health of the consumers and ensuring fair trade practices in the food trade, and



בתעשיית המזון והחקלאות.

לא תהיה חובת סימון על מזונות שיש בהן מרכיבים מהונדסים גנטית ומוֹרְנִים.

במילים אחרות, הצרכן לא יוכל לדעת אם המזון שהוא קונה מכיל מוצרים מהונדסים גנטית או כאלה שעברו הקרנות. מזונות מהונדסים גנטית מהווים סכנה ממשית לגופינו ולסביבה. מומלץ לראות את הסרטים על ההנדסה הגנטית באתר.

חלק גדול מתוספי המזון והוויטמינים הנמכרים היום ייאסרו לשיווק ולמכירה הוועדה תפרסם רשימת ויטמינים ומינרלים מומלצים. תוסף מזון שאינו נכלל ברשימה, לא יימכר בצורה חופשית כמו היום.

רשימת המוצרים המותרים תושפע בוודאי מהלחצים של חברות התרופות ותושפע מאינטרסים כלכליים ולא בריאותיים.

כבר היום ישנה רשימה כזו באיחוד האירופי וצופים ש-300 מתוך 420 סוגי המוצרים הנמכרים היום באירופה ייאסרו לשיווק.

המינון המקסימלי המותר של הוויטמינים יופחת בצורה דראסטית עד למצב שבו לא תהיה כמעט תועלת בלקיחת ויטמינים, מינרלים ותוספי מזון.

בשני העשורים האחרונים הופעלו לחצים רבים על הוועדה לשנות את המטרות המקוריות עליהן היא התבססה, להגמיש קריטריונים מסויימים וליצור מצב שבו אנחנו כצרכנים מודעים לא נוכל לדעת מה באמת מכיל המזון אותו אנו צורכים ועל מה הוא מבוסס.

הלחצים הכבדים הגיעו מכיוונו של התאגידים העולמיים ביניהם: תעשיית החלב, תעשיית ההנדסה הגנטית ותעשיית התרופות.

פרופ' רענן שמיר, הנציג הישראלי שהגיע לדון בהמלצות הקודקס בנוגע לפורמולות הזנה לתינוקות גילה כמה כוח יש לתעשיות ולתאגידים ואיך באמת מתקבלות ההחלטות בוועדה:

"להפתעתנו, גילינו שאינטרסים כלכליים מונעים את אימוץ ההמלצות תוך ניצול ציני של העובדה שמשלחת ארה"ב, המבוססת ברובה על ניצוגי התעשייה, מונעת את אימוץ ההמלצות שיגרמו נזק כלכלי לתעשייה.

אירועים אלו גרמו לנו לכתוב מאמר מערכת הקורא לרופאים באשר הם להשפיע על ממשלותיהם לקבוע את הסטנדרטים למזון לתינוקות על בסיס ידע מדעי בלבד ולדחות את המניעים הכלכליים שעומדים בבסיס ההחלטות."

DSHEA - החוק הטוב שעומד להעלם

במאה הקודמת (המאה ה-20) אזרחי אמריקה נהנו ממגוון של תוספי מזון טבעיים וויטמינים שהיו זמינים בכל בית מרקחת, בית טבע או חנות שכונתית. רופאים רבים טיפלו בחולים בעזרת תוספי מזון והצליחו להגיע לתוצאות מרשימות שהשאירו הרחק מאחור את הטיפולים התרופתיים היקרים. תעשיית התרופות עמדה בצד וראתה איך השליטה ההגמונית שלה בתחום

הטיפול במחלות נוזלת את אט מידה. קברניטי התעשייה לא אהבו את העובדה שחולים יקבלו טיפולים יעילים וזולים בלי תופעות לוואי במקום לקחת תרופות מסוכנות.

רווחי התעשייה היו בסכנה.

ב-1992, אחרי לחץ כבד מצד תעשיית התרופות, הודיעה רשות התרופות והמזון האמריקנית על כוונתה לאסור מכירה חופשית של תוספי מזון וויטמינים. ההסבר הרשמי היה שטיפול בעזרת תוספי מזון וויטמינים מונע את התמריץ לפתח תרופות מוגנות פטנטים באותן מחלות.

בעקבות הודעת ה-FDA, החלו סוכנים ואנשי משטרה לפשוט על קליניקות של רופאים, חנויות למזון טבעי ובתי טבע ולהחרים את כל המוצרים והמידע שקשור לתוספי המזון.

אחד מהרופאים הללו היה ג'ונתן רייט שמרפאתו היתה עמוסה בחולים שקיבלו טיפולים טבעיים ויעילים.

סוכני ה-FDA והמשטרה פרצו למשרד שלו, העמידו את עובדי המשרד והחזירו לים בשורה מול הקיר והחלו להחרים את כל מה שהיה במשרד.

האישום שהוגש כנגד מר רייט כלל "טיפול לא מאושר בחולים" חלק מהטיפול לים הלא מאושרים הללו היו: שימוש בקומפלקס ויטמיני B וויטמינים אחרים.

חוויה דומה עברה על רופאים ובתי טבע ברחבי אמריקה.

בעקבות הסערה הציבורית הענקית שקמה בעקבות הפשיטות הללו נסוג ה-FDA מכוונתו המקורית ואושר חוק חדש בקונגרס שהסדיר את המכירה והטיפול בתוספי מזון טבעיים באמריקה.

האזרח האמריקני ניצח את ענקי התעשייה והתאגידים.

אך לא לאורך זמן.

כאשר המלצות וועדת הקודקס ייכנסו לתוקפן, חוק ה-DSHEA כפי שהיה מוכר עד כה ייעלם מהעולם.

תוספי מזון וויטמינים ומינרלים יידרשו לעבור תהליכים יקרים וארוכים להוכחת יעילותם לפני קבלת אישור שיווק ומכירה.

בנוסף להגבלה של המינון המקסימלי כדי "להגן" על הצרכנים מנזק.

מאז שוועדת Codex Alimentarius החלה את פעילותה, מיליוני פעילים סביבתיים, ארגונים ירוקים, ארגוני צרכנות

וסתם אנשים מודעים שאכפת להם החלו להפגין נגד הוועדה ומטרותיה.

התקשורת כתמיד, לא מסקרת את הנעשה ויוצרת מצב של הרדמת הציבור עד שכבר מאוחר מדי.

באתר פרויקט אמת אחרת תוכלו לראות סרט דוקומנטרי שנעשה על וועדת הקודקס בנוסף לסרטים דוקומנטריים אחרים בנושאים שונים.

הכותב-מטפל, מורה בכיר ליוגה ומייסד סטודיו יוגה בפרדס חנה, הקים את פרויקט "אמת אחרת" מתוך רצון להביא מידע חשוב לידיעת הציבור.

052-2895673



יום אחד אולי אפרוש כנפיים...

7,000,000 תרנגולות כלאות ברגע זה בישראל. הן דחוסות בצפיפות ובזוהמה וחוות כאב, פחד, מחלות ומצוקה מתמדת. התעללות כזו בתרנגולות נאסרה בחוק בכל האיחוד האירופי ובמדינות נוספות.

לא נתנים יד להתעללות

לא קונים ביצים שמקורן בכלוב.

www.eggs.co.il

www.anonymous.org.il

העולם המופלא של הרפלקסולוגיה.



אירית לנדא
www.irit-landau.com

רו לעבור את המכשולים ולהמשיך הלאה. כשבלמי הזעזועים לא מתפקדים במלואם אנחנו עלולים להיתקע במכשול ולבזבז זמן ואנרגיה על מנת לעבור אותו. או לחילופין לפרש מצבים מסוימים כקושי גם כשאנחנו בהכרח כאלו, ושוב לבזבז אנרגיה וכוח להתמודד איתם במקום לנוע קדימה.

בלם העקב ממוקם במרכז העקב ומאפשר חלוקת משקל אופטימלית באזור זה. העקב הוא החיבור לאדמה. זהו החלק המסיבי ביותר בכף הרגל ותפקידו לתת ביטחון לצעוד את הצעד הראשון שהוא תמיד הקשה ביותר, ולבלום את הפחד שמתלווה לכך. אנשים שיש להם עור קשה בחלק האחורי של העקב אינם דורכים על מרכז הבלם, אלא על החלק האחורי שלו, כלומר הם צריכים יותר האחזות בקרקע, כדי להרגיש ביטחון ויציבות, מה שיגרום להשהיה ועיכוב לפני כל התחלה ובלוימה פחות טובה של הפחד שמתלווה לכך.

בלם הקשת קשת כף הרגל צריכה להיות מאוזנת כדי לתת לנו כוח וגמישות. הקשת היא הצורה ההנדסית החזקה ביותר מכיוון שכאשר מופעל עליה לחץ הוא מתחלק על פני אינספור נקודות ומונע את שבירתה. מאידך, לקשת יש גמישות וצורתה מאפשרת לצעד שהחל בעקב לדלג אל הכריות מבלי לגעת באזור הקשת. וכל כך למה?

הקשת מייצגת את אזור הבטן והאברים הפנימיים. אזור שאין עליו הגנה גרמית אלא רק מעטפת של שרירים. הבטן היא גם משכן הרגשות והמקום שבו הם עוברים עיבוד והפנמה (עיכול). זהו תהליך איטי ומורכב ובדרך כלל אישי ופנימי. קשת כף הרגל נותנת את ההגנה, המרחב והזמן הדרושים לעיכול החוויות הרגשיות והמשך הצעד קדימה.

קשת שטוחה מידי או גבוהה מידי לא מאפשרת בלימה והתמודדות מאוזנת עם מצבים רגשיים ויכולה להוביל מחד להתעסקות יתרה איתם או מאידך להתעלמות והדחקה. אלה גם אלה מקשים על עיכול ושחרור החוויה הרגשית ומשפיעים על המשך ההתקדמות.

בלם הכריות בלם הכריות מורכב למעשה משני בלמים שממוקמים בכרית כף הרגל אחת מימין ואחת משמאל. הכריות מייצגות את אזור החזה- לב ריאות ונשימה. זהו המקום שבו האדם בא במגע עם העולם שבחוץ. מכניס ומוציא אוויר, נותן ומקבל אוויר ונאחז. בלמי הזעזועים מאפשרים התמודדות וספיגה של ביטחון, אכזבה, קבלה ונתינה, דחייה ואמון. עור קשה באזורים אלו ילמד אותנו על קושי של האדם להוציא ולבטא את צרכיו ורגשותיו, על הצורך ליצור חייך בינו ובין הסביבה מתוך רצון להגן על עצמו או מתוך חוסר אמון בזכותו לקבל ולהפנים מהסביבה פנימה.

בלמי הזעזועים הם הבסיס הראשוני שמאפשר בחינה ובדיקה של התנהלות והתמודדות האדם בדרכי החיים. מתוך הבנה שהמכשולים הגדולים ביותר בדרכו של האדם באים ממנו פנימה, הכרות והבנה שלהם דרך השיקוף, תאפשר למטופל להתבונן במראה, להבין ולקבל את מה שהיא מראה, ומשם ללכת אחורה, אל המקור, אל המחשבה ושם להתחיל את השינוי כמו שאמרנו "סוף מעשה במחשבה תחילה"

העולם המופלא של הרפלקסולוגיה

אבחון כפות הרגליים מבוסס על ההנחה שכפות הרגליים משקפות את אברי הגוף ומראות לנו כיצד האדם הולך בשבילי החיים. בחינת כף הרגל יכולה לספר לנו על הנתונים הבסיסיים איתם בא האדם לעולם, על דרכי ההתמודדות שלו, על חוסנו וחולשותיו, רגשותיו ואמונותיו.

וכל כך למה? איך כפות הרגליים יכולות ללמד אותנו את כל זה? מרגע היוולדנו אנחנו קולטים ואוספים מידע מהעולם שבחוץ. המידע הזה מגיע למוח, שבדרכו מעבד אותו, מפרש אותו, זוכר אותו, מסיק מסקנות ועל פיהם מגיב. כשהמסקנה היא חיובית והאדם מרגיש ומאמין שיש לו מקום ומרחב מחייה, מרגיש מוגן ואהוב, מקבל לגיטימציה לכישוריו ורגשותיו- גם הגוף יגיב בהתאם, טונוס השרירים יהיה תקין, הנשימה תהיה מלאה, האדם ירגיש חופשי להביע את מה שבתוכו, יציבת הגוף תהיה מאוזנת ובעקבותיה גם חלוקת משקל מאוזנת יחסית על כפות הרגליים. כשהמסקנה אותה מפרש המוח אינה חיובית והאדם מרגיש ומאמין שמרחב המחייה שלו מצומצם, שאין לגיטימציה לרגשותיו, שהעולם הוא מקום מאיים ומפחיד ועל כן צריך לעמוד על המשמר ולהזהר גם הגוף יגיב בהתאם. מכווץ יותר, דרוך, סגור, נוקשה מידי או רפוי מידי וכך גם תתבטא חלוקת המשקל על כפות הרגליים. בהתבוננות בכפות הרגליים נוכל לראות את הדרך מהחשיבה אל המסקנה בבחינת "סוף מעשה במחשבה תחילה".

אדם בא לעולם עם נתונים בלתי ניתנים לשינוי-מקום הלידה, שעת הלידה, גובה, מבנה וכו'. כך גם כפות הרגליים. המבנה הבסיסי שלהם הוא בלתי ניתן לשינוי, זהו הבסיס שישא אותנו ואת כל שעלינו פיזית ורגשית לאורך כל חיינו.

לכף הרגל מבנה בסיסי שאינו משתנה וילוה את האדם לאורך כל חייו. כף רגל רחבה למשל, מצביעה על אדם שיכול להעמיס על עצמו הן פיזית והן רגשית. לאדם עם כף רגל צרה יש פחות יכולת לשאת נטל פיזי ועלול להחלש אם יעמיל על עצמו יותר מכפי שיכול. הצבת המראה הזו יכולה לתת לאדם לגיטימציה וחופש להיות מי שהוא ולא לנסות ולהוכיח יכולות שלא מתאימות לו. לכל אדם פוטנציאל משלו, לכל אדם יכולות משלו. ההכרה והקבלה שלהם הם הבסיס לשינוי וריפוי.

בדרכנו בחיים אנו נתקלים באתגרים ובמכשולים שהם חלק מתהליך ההתקדמות. גופנו קיבל כלים להתמודד איתם. לגוף יש מערכת חיסון שתפקידה להתמודד עם חיידקים ווירוסים שפולשים לגופנו ולסלקם. גם לנפש יש מערכות שונות של מנגנוני הגנה שתפקידם לאפשר לנו להתמודד עם משברים רגשיים. כפות הרגליים זכו אף הן למנגנון הגנה שכזה-בלמי זעזועים (כן, כמו במכונית). במבנה האורתופדי של כף הרגל ישנן בלמי זעזועים שמתחתן יש רקמה שרירית עבה יותר ובה חומר ג'לטיני שמשמש כבלם זעזועים. בלם נוסף הוא קשת כף הרגל.

בלמי הזעזועים מאפשרים חלוקת משקל מאוזנת על פני כף הרגל ותורמים ליציבות ופיזור שווה של הלחץ שמופעל על כף הרגל.

כשהדרך חלקה, אין כביכול צורך בבלמי זעזועים. אך כשהדרך משתבשת, או שהאדם נתקל במכשול פיזי או רגשי- בלמי הזעזועים הם אלה שיעזרו

מיטות מקצועיות לטיפול ועיסוי של "קליפורניה בדם"

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR2353

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

2239 ש"ח
1,290 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

בסיס מאלומיניום, קלה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), מערכת אוטומטית-נכ מתרחמת עד למצב ישיבה, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 85 ס"מ, אורך: 195 ס"מ, רוחב: 70 ס"מ, צבעים: כחול ושחור

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR2303

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

1238 ש"ח
1,190 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

בסיס מעץ, קלה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), מערכת אוטומטית-נכ מתרחמת עד למצב ישיבה, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 85 ס"מ, אורך: 195 ס"מ, רוחב: 70 ס"מ, צבעים: כחול ושחור

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR2321

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

1238 ש"ח
1,290 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

בסיס מעץ, מעוללת, קלה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), מערכת אוטומטית-נכ מתרחמת עד למצב ישיבה, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 90 ס"מ, אורך: 195 ס"מ, רוחב: 70 ס"מ, צבעים: כחול ושחור

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR2342

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

2255 ש"ח
1,290 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

בסיס מאלומיניום, מעוללת, קלה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), מערכת אוטומטית-נכ מתרחמת עד למצב ישיבה, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 90 ס"מ, אורך: 195 ס"מ, רוחב: 70 ס"מ, צבעים: כחול ושחור

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR2303B רוחב 77 ס"מ!!!

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

2499 ש"ח
1,390 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

בסיס מעץ, קלה במיוחד, רחבה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), מערכת אוטומטית-נכ מתרחמת עד למצב ישיבה, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 85 ס"מ, אורך: 195 ס"מ, רוחב: 77 ס"מ, צבעים: כחול ושחור

מיטת סיפול מקצועית דגם DKR1231

כיסוי ראש מתקן
מנגנון נב שילה
אסמבלט פנימה קיפול
אסמבלט חיצונה פנימה

2235 ש"ח
1,390 ש"ח
+ כולנס*

* כיול ראש
חיק נשיאה
חמסי יזים צדדית

מיטת סיפול בסיס מאלומיניום קלה במיוחד, יציבה מאוד, מערכת קיפול מהירה ואוטומטית, המיטה מתאימה לשימוש מאסיבי ואינטנסיבי (HEAVY DUTY), ריפוד PU חזק במיוחד ועמיד לשימוש, סמנו דו שוכתי בצפיפות גבוהה בעובי 2 אינץ' (5-5 ס"מ), עם מנגנון כיוון נובה מ-65 ס"מ עד 90 ס"מ, אורך: 188 ס"מ, רוחב: 70 ס"מ, צבעים: שחור וכחול

* אחריות 3 שנים למסגרת

www.dakar.co.il
(למגוון המלא של הציוד והמפרטים)

להזמנות : 1-700-700-889
במקרים דחופים להתקשר: לילך 050-5453669

חוספות למיטות סיפול



