

ZCT godkender
ny traume-uddannelse

EMOTIONAL REFLECTION THEORY

INTELLIGENT KLINIK-HYGIEJNE

Hvert 3. medlem på kursus
med Michelle

ZONECOLLEGE DANMARK

Tre år med Søs

Diagnosticér
og byg selv recepten

KINESISK URTETERAPEUT



Indhold	side 2
Leder	side 3
Tema: Hygiejne	side 4
Nyt fra ZCT	side 10
Kinesisk urteterapeut	side 12
SoMe virker	side 16
Zonecollege Danmark	side 18
Bliv ERT-Terapeut	side 22

ZONECONNECTION

Zoneconnection Terapeutforenings sekretariat

Alle henvendelser vedr. dit fag og arbejde, f.eks. adresseændringer, tilføjelse til kliniklisten m.v.:

Forretningsfører Anette Hansen

Søndre Badevej 4E, st. 4600 Køge

Tlf: 21 49 07 79 mandag og torsdag kl. 8 - 10

E-mail: admin@zct.dk.

Website: www.zct.dk

Bladets artikler er overvejende forfattet af **bladets redaktør, Mette Andersen**. Medlemmernes bidrag redigeres i samarbejde med redaktøren.

Alle henvendelser vedr. bladet ZoneConnection, indhold, annoncering, kurser m.v.:

E-mail: redaktion.zoneconnection@gmail.com

Deadlines:

BLAD DEADLINE: UDKOMMER:

Nr. 3: 15. aug. 2021 10. sept. 2021

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

Layout: Lisbeth Neigaard

Tryk: Vestergaards Bogtrykkeri A/S

Verden er klar til vores RAB-logo

I ZCT's bestyrelse vil vi gerne have vores RAB logo "ud og leve". Derfor deler vi de næste måneder updates på facebook, som du er velkommen til at dele videre.

Er du ikke med, så kom!



KURSUSANNONCE 200,- kr.

Nå et veloplagt publikum. Det koster billigt at annoncere dine efteruddannelseskurser på ZCT.dk



BESTYRELSEN I ZCT



Formand: Anette Hansen

Søndre Badevej 4E, st. 4600 Køge

Tlf. 22 91 02 58

Email: admin@zct.dk

Ansvarsområder:

Bladet, internationalt arbejde, kontakt til andre foreninger, kontakt til myndigheder, RAB-godkendelser, kliniklisten.



Anne-Mette Duelund

Gøgevej 4, 9460 Brovst

Tlf. 25 31 71 72

Email: annemitteduelund@gmail.com

Ansvarsområder:

Kasserer, bladet.



Sanne Andersen

Hjulgagervej 3,

9000, Aalborg.

Tlf. 51 70 29 69

Email:

mail@sanneandersen.dk



Dorthe Lambæk

Christoffer den 2. vej 8, 6000 Kolding

Tlf. 50 57 10 50

Email: dorthe@zct.dk

Ansvarsområder:

Hjemmesiden, bladet, kliniklisten.



Lisbeth Skovmand Nielsen

Fiskervej 20, Slettestrand,

9690 Fjerritslev.

Tlf. 26 80 64 61

Email: lsn22@lsn22.com



Vi vil gerne have at flere kender vores logo, så benyt dem endelig hvor I kan, så vi bliver synlige i det offentlige rum.



MED STÆRK FÆLLES STEMME GÅR VI PÅ FERIE

Vished om fælles styrke gennem RABforum og Sundhedsrådet er gaven vi fik. Pas og visir er prisen, vi må tåle en stund endnu

VI ER I gang igen, med mundbind, visir og Coronapas, heldigvis er der en solnedgangs klausul, så det forhåbentlig afskaffes snart. Kontakten til div. Styrelser er ikke blevet bedre. Via RAB-forum har vi inddraget Ombudsmanden. Samarbejdet i RAB-forum og samarbejdet med Sundhedsrådet er godt i gang, vi har nedsat en fælles mediegruppe, der skal tage sig af kommunikation og synlighed udadtil. En anden gruppe skal arbejde med en "styrkelse af RAB-ordningen". Et af målene er at få de Alternative behandlere ud af kategorien "Liberale Erhverv"

Med positive briller

Hvis jeg skal kikke på Covid-19 situationen med positive briller, er det fantastisk, at vi nu som alternativ branche via de to paraplyorganisationer har gang i et samarbejde, der betyder at vi nu taler med én stemme overfor politikere, styrelser, myndigheder osv. Det er en stor styrke i forhold til at blive hørt og taget seriøst.

I ZCT har vi iværksat et branding-projekt via vores Facebook-side. Det skal handle om, hvem vi er, hvad man får, man når man vælger en ZCT terapeut. Vi vil gerne have at flere kender vores logo, så benyt dem endelig hvor I kan, så vi bliver synlige i det offentlige rum. Jeg opfordrer til at du kommer på, hvis du ikke allerede er det.

Selvom det ikke er længe siden, jeg har haft nedenstående digt med, syntes jeg det alligevel fortjener en gengivelse.

Dråbe af godhed

Det er dumt, hvad du sir', skønt du er så begavet,
at godheden kun er en dråbe i havet,
hvad udretter dråben, hvis den er alene,
hvis verden er ond og som bygget af stene
For dråben står mangel en mulighed åben,
selv stenene udhules med tiden af dråben
En dråbe af godhed er også en gave,
når dråber forener sig bli'r de til have
En dråbe af godhed gir' mod til at håbe,
en dråbe af godhed trods alt dog én dråbe
Og dråber skal læske de tørstende ganer,
gi' liv og forene sig til oceaner"
(Johannes Møllehave)

Med hjerte, hjerne og hånd

God solskinsrig, varm, lys skøn sommer

Anette ♥





ZCT greb en idé – nu har hvert tredje medlem:

DET LILLE MIKROBE-KØREKORT

Hvis nogen synes fire timers træning i klud og klorin lyder træls, så har de ikke mødt Michelle. Det har rigtig mange ZCT-medlemmer heldigvis – og det giver konkurrencefordel

Af Mette Andersen

UDEN AT GØRE væsen af sig har en tredjedel af ZCTs medlemmer under pandemien tilegnet sig en ny kompetence, der kan gå hen og blive en norm i branchen.

De kan garantere et professionelt niveau af hygiejne i klinikken, og dermed skabe tryghed både hos sig selv og deres klienter. Det kan de, fordi de har gennemført et 4 timers kursus i hygiejne efter protokoller fra fødevarerbranchen, udbudt af ZCT's sekretariat. Med professionsbachelor i Ernæring og Sundhed, Michelle Rahbek som underviser på Zoom.

Planen er, at det skal være et kursus, der udbydes fast, mindst en gang om året og til alle nye medlemmer, oplyser Anette Hansen.

På de kommende sider vil du høre, hvordan fødevarerbranchens principper om egenkontrol giver mening i behandlerverdenen.

Hvorfor påbud uden undervisning?

Det begynder med en undren under første nedlukning: Hvorfor siger myndighederne, at vi skal adlyde – uden at undervise os?

Det er husholdningslæreren, som Michelle Rahbek kalder sig, der tænker højt.

“Jeg synes, det var mærkeligt, for jeg har undervist hundredevis af både børn og voksne, og lige så snart du begynder at

klæde folk på, kommer de gode spørgsmål og folk tager ansvar helt af sig selv. Med regler bliver folk tit angste. Eller skødesløse og tænker: *Nå, her er der ingen regel, så gør jeg da lige, hvad det passer mig!*”

Michelle Rahbek fortæller om tiden efter første nedlukning. Hun er netop ansat i et drømmejob. Nu skal hun hindre madspild i et køkken med 30 kokke og 5.000 kuverter ud dagligt. Men Danmark lukker ned, og arbejdsgiveren ringer og siger, at ansættelsen ikke bliver til noget.

“Så stod jeg uden kontrakt, uden en klink og med 1.000 tanker. En af dem var: Alle de påbud gives selvfølgelig fordi ingen aner, hvad vi står overfor. Så hvad gør vi nu? Jeg regnede med, der straks ville komme spots på tv og et nyt fag i skolen, der hed hygiejne.”

En sindsygt god idé

Michelle tog fat i sin gamle lærer fra Suhrs, nu pensionerede Elin Kierkegaard – forfatter af lærebøger og grand old lady indenfor fødevarerhygiejne.

“Er jeg helt skæv, eller kan vi bruge HACCP” (den egenkontrol, der bruges inden for fødevarer) i andre brancher?”. Hun syntes det var en sindsygt god idé.”

“Vi var jo handlingslammede, fordi vi ikke vidste, hvad fjenden kunne finde på. Vi

stod med en ukendt trussel – præcis som vi gør i et storkøkken hver dag. Så min tanke var: Lad os da gribe det analytisk an: Hvad ved vi? Hvad er det værste, der kan ske? Hvor kan det gå galt? Hvordan lever vi med det?”

Det er rutinerne der virker

Den tilgang har i årtier virket i fødevarerbranchen i form af risikotænkning og egenkontrol.

“Jeg har undervist hundredevis af både børn og voksne, og lige så snart du begynder at klæde folk på, kommer de gode spørgsmål og folk tager ansvar helt af sig selv. Med regler bliver folk tit angste. Eller skødesløse, for hér er ingen regel, så gør jeg da lige, hvad det passer mig.”



“Vi kan ikke spritte os igen – nem en pandemi. Men vi kan blive klogere på, hvilke fjender, vi står overfor.”

“Hvis personalet kun fulgte reglerne den ene gang om året, Fødevarestyrelsen kommer på besøg, var der mange, der havde fået ondt i maven. Det er rutinerne, vi gør hver dag, resten af året, der virker.”

Michelle fortæller, at alarmklokkerne i et køkken ringer så snart, der kommer nye varer. Grøntsager kommer med jordbakterier, fjerkræ måske med salmonella. Der er fare på færde, når noget køles ned eller varmes op. Og når personalet går i gang med at tilberede.

“Vi ved præcis, hvordan bakterier og virus fungerer, og hvilke kontrolpunkter, der udgør en fare i løbet af arbejdsdagen. Vi følger minutiøst et flowdiagram – og det er bare en naturlig del af hverdagen. For vi skal blot have én kollega, der klør sig i nakken eller et defekt termometer, så kan vi lægge et plejehjem ned.”

Egenkontrol og flow-diagram

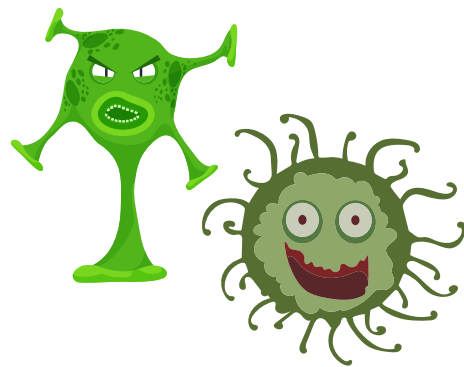
Det var egenkontrollen, Michelle havde

set potentialet i. Og efter at have studeret højt og lavt, læst og drøftet, besluttede hun at gå i gang. Der var simpelthen ikke folkelig viden at få. Og også fordi hun skulle have noget at lave.

“Jeg skrev til min erhvervsforening, at jeg tilbød undervisning i Corona-håndtering og hygiejne. Egentlig havde jeg frisører i tankerne, men så kom der en terapeut – og i klinikker giver det virkelig god mening. Det er en verden jeg ikke kendte, det gør jeg nu”.

Og sådan opstod de første kontakter mellem zoneterapeuterne og husholdningslærerinden. Et match, som gør, at foreløbig hver tredje ZCT-medlem kan garantere hygiejne kompetencer i klinikken, der gør behandlerne i stand til at styre hygiejne-risici gennem egenkontrol på samme måde som i fødevarerbranchen.

Alle har modtaget certifikat.

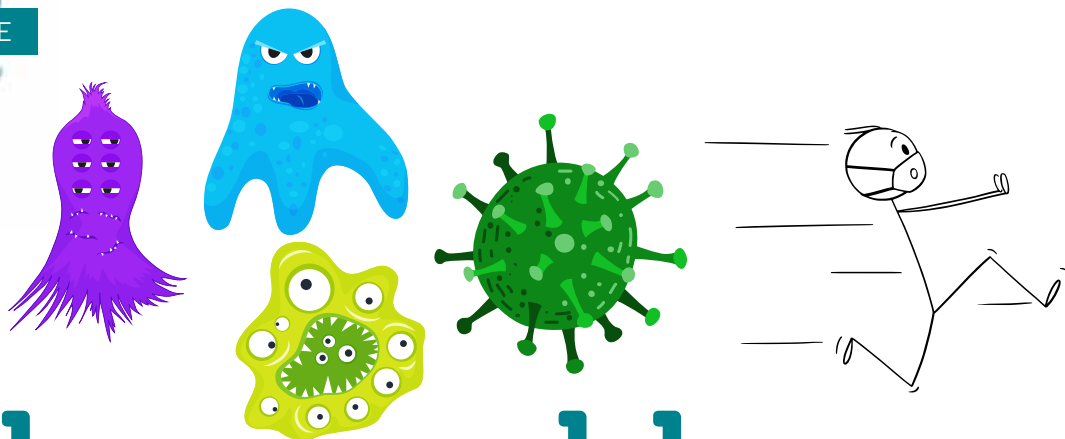


BLIV KLOGERE PÅ MICHELLES TO HJEMMESIDER

[Madformidling.dk](https://www.madformidling.dk)
Formidler mad og måltider i øjenhøjde gennem undervisning, foredrag og workshops

[Hygiejneformidling.dk](https://www.hygiejneformidling.dk)
Information, vejledning og kurser om hygiejne i en corona-tid





Lad os snakke om Corona

Og om virus og bakterier. De er sjove, især når man ved, hvad de er for nogen størrelser. Det handler om at være et skridt foran, så de ikke får frit lejde

Hvem lever i hvis verden?

Er det os, der lever i mikrobernes verden – eller mikroberne i vores?

Michelle kan ikke lade være med at drille mikrobe-skeptikere med deres ostemad, chokolade, kaffe, øl og en masse andet.

”Min far siger: Du skal have to pund skidt om dagen, og derfor synes han det er noget pjat at vaske hænder i tide og utide. Det er jeg så ikke med på, med den viden jeg har fra fødevarer. Men ideen om, at mikroorganismerne var her før os og er her med os, er jeg enig i. Vi har cirka 2 kilo i vores tarmsystem. Vi må leve sammen og gøre det klogt.

Venlige mikroorganismer

Ca 1/3 af fødevarerne i supermarkedet har været igennem en fermenteringsproces. Der går gærsvampe til f.eks. øl og brød. Skimmelsvampe til ost. Derudover bruges mange forskellige typer af starterkulturer til alt fra oste, pølser og surmælk.

Andre epidemier

Den spanske syge kostede mellem 20 og 50 mio. menneskeliv over hele kloden. Der var tale om en influenza-epidemi. Forholdsvis nylig var der svineinfluenza, som også bredte sig til flere kontinenter. Derudover kender vi sygdomme som Ebola, SARS og MERS, alle forårsaget af vira. HIV er også en virus.

VÆRD AT VIDE OM VIRUS

- Virus hører til de mindste mikroorganismer, vi kender til. ”Virioner” er så små, at vi kun kan se dem i et elektronmikroskop. Virus er til gengæld en simpel skabning opbygget af :
 - en kerne af arvemateriale, DNA eller RNA – altså opskriften på virussen.
 - en membran af fedt eller protein, der fungerer som skal omkring arvematerialet.
 - en receptor, en slags nøgle, til at lukke celler op med. Denne nøgle består også af protein. Det er det, vi taler om, når vi taler om spike’s

At vide hvordan virus er opbygget er vigtigt, når vi af med den. Fedtopløselig sæbe og sprit nedbryder virus’ beskyttelseslag, nemt, nænsomt uden brug af gift.

Virus er i sig selv ikke rigtig levende, men heller ikke rigtig død. Den skal have en vært for at kunne formere sig og bruger sin receptor-nøgle til at trænge ind i celler, som nøglen passer til. Herefter bruger den cellen til at producere ny virus. Det fortsætter indtil cellen er fyldt op og sprænges. Herefter spredes alle de nye virioner rundt og kan trænge ind i nye celler.

Mange vira er luftbårne, hvor andre spredes gennem sekreter som blod, sæd eller sput. Og helt andre vira i vores fødevarer.

Det er derfor vigtigt at være bevidst om

SYGDOMSFREMKALDENDE MIKROORGANISMER

BAKTERIER som Salmonella, Listeria, E.coli, Campylobacter, Clostridium og varianten Clostridium Botulinum udløser pølseforgiftning. Det koster et par danskere livet hvert år, at de kaster sig ud i at hjemmesalte sild uden at have styr på hygiejnen. Et andet eksempel er Clostridium Perfringens som mange stifter bekendtskab med til jul, når de stiller risengrøden i høkasse under dynen. Det giver bakterien de mest optimale forhold at udvikle sig i – og de uheldige får sig en ordentlig omgang diarre.

SVAMPE som f.eks. candida, en gærsvamp, der kan medføre sygdommen trøske. Skimmelsvampe må vi også finde os i, som i værste tilfælde kan udvikle toxiner.

VIRUS leder til sygdomme som influenza, corona, HIV, mæslinger, Ebola og norovirus.

PARASITTER, som f.eks. Anisakis-larven, lever i fisks tarmsystem. Når vi slår en fisk ihjel trænger larven ind i kødet. Larven dør ved tilberedning eller frysning. Vigtigt ifbm. servering af sushi.



“Ingen behandlere behøver at klamre sig til klorinflasken.”

den enkelte virus-type, så man kan tage de rette forholdsregler. Norovirus spredes via mad og forårsager Roskildesyge. Virusset dør ved grundig håndvask, men kan overleve håndsprit. Influenzalignende sygdomme, som Covid-19, sidder i luftvejene og spredes gennem nys, host eller spyt. Derfor er det bedste middel, afstand. Og rene hænder.

Hvad er en bakterie

En bakterie er en encellet organisme, og en væsentligt mere kompleks størrelse end virus.

Det særlige er, at bakterier har et stofskifte og kan blive til flere helt af sig selv. Der skal bare være betingelserne for vækst, hvilket der stort set er alle steder.

HACCP – HAZARD ANALYSIS AND CRITICAL CONTROL POINTS

1. Identificer problemerne, find alle risici
2. Find de kritiske punkter i processen, så de kan styres
3. Hav styr på, hvor ofte, der skal kontrolleres
4. Sørg for at der kan handles, hvis der opstår problemer
5. Dokumentér din standard

HVAD ER HYGIEJNE?

- Hygiejne stammer fra det græske ord hygieinos, der kommer fra gudinden Hygeia, som var gudinde for sundhed. Hun var datter af Æskulap, som var gud for lægevidenskab
- Hygiejnes formål er at fremme sundhed
- Blev indført for at begrænse smittespredning
- Det mest effektive hygiejnegreb er “karantæne”, som kommer af ordet “quarante”, der betyder 40. Det var antallet af dage, som man skulle sætte folk i karantæne. Herefter var de enten døde eller sygdomsfri.
- Siden 1960'erne har ordet hygiejne hovedsageligt været forbundet med vand og sæbe

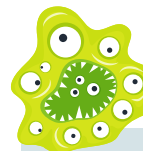
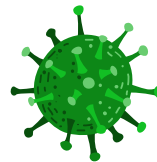
HVAD SLÅR MIKROBER IHJEL?

VIRUS:

- TEMPERATUR: Virus dør typisk ved 50-60 graders varme i ca. 30 minutter
- TID: Det afhænger af typen, men Corona-virus kan typisk overleve i op til 3 dage på en glat overflade. Hvilket vil sige, at der på den glatte overflade ikke er nogen smittefare efter 4 dage, hvor virus er gået til grunde.
- ALKOHOL: Virker udtørrende. Norovirus og Rotavirus bliver ikke slået ihjel af sprit.
- SÆBE: Ødelægger fedtmembranen på virus.
- KLOR: Klor er produkt, der skader mange andre ting end virus og kan ophobe sig i naturen.

BAKTERIER:

- TEMPERATUR: Over 75 grader. Her “pasteuriserer” man. Det sker bl.a. med mælk og æggeblommer.
- ALKOHOL: Virker på de fleste bakterier. Alkohol-procenten skal dog være mellem 70 og 85%
- KLOR
- SÆBE: Den mekaniske håndvask fjerner bakterierne, som skylles ud i vasken.
- ANTIBIOTIKA: Som ordet siger, er det “anti” bakterie. Antibiotika er et produkt lavet af svampe, som er en anden mikroorganisme.



RENGØRINGSRUTINER

- Hav en god rengøringsplan som gør det let at overskue.
- Gå fra rent til beskidt
- Fra højt til lavt
- Fokus på kritiske berøringspunkter
- Brug (flere) rene klude og rent vand
- Sørg for at have en "beskidt zone". Du skal nemlig altid vide, hvor du gør af de beskidte klude – ellers ender de med at kontaminere de rene.

Efter 7 timer kan en enkelt bakterie være blevet til over to millioner.

Det er årsagen til, at man i fødevarerbranchen kun må opbevare fødevarer udenfor køl i maksimalt tre timer. Herefter er der simpelthen for mange bakterier. Det er også årsagen til, at man skal skifte sin karklud min. én gang om dagen. Også selv om den ikke ser beskidt ud.

Hvad er det særlige ved Covid-19

Coronavirus er ikke anderledes end andre typer af vira. Vi var bare ikke vant til den.

Det er ganske normalt, at når vi kommer i kontakt med nye mikroorganismer, skal vi

først lære dem at kende. I starten rammes vi hårdt, men så får vi opbygget immunitet, som gør, at virussen med tiden bliver til "sæsonforkølelser", som vi kender det med influenza eller almindelig forkølelse.

Corona havde en forgænger i SARS, som ramte i Østen i 2003. Her udløstes en voldsom sygdom, som var væsentligt mere dødelig end den aktuelle Corona. Virus' effektivitet endte dog med et nederlag, fordi folk havde det med at dø. De nåede ikke at smitte ret mange.

Det er anderledes med Covid-19. Her kan vi gå rundt og smitte løs.

Man kan sige, at den første Corona SARS var forfærdelig for den enkelte, men ikke for samfundet. Den aktuelle Corona er forfærdelig for samfundet, men ikke nødvendigvis for den enkelte.

Hvem fandt på at vaske hænder?

Det gjorde en ungarsk læge ved navn Ignaz Semmelweis, da han i 1847 påviste, at barselsfeber kunne reduceres markant ved at indføre håndhygiejne blandt de behandlende læger. Forskellen blev opdaget, da fattige kvinder ikke blev ramt af sygdommen. De måtte nemlig "nøjes" med jordmødre i modsætning til de rige, som havde specialiserede læger, som ofte lige havde skåret i et kadaver kort tid forinden den forestående fødsel. De rige kvinder (og børn) fik dermed alle mikroorganismerne fra lig og andre syge, som lægerne tog med sig.

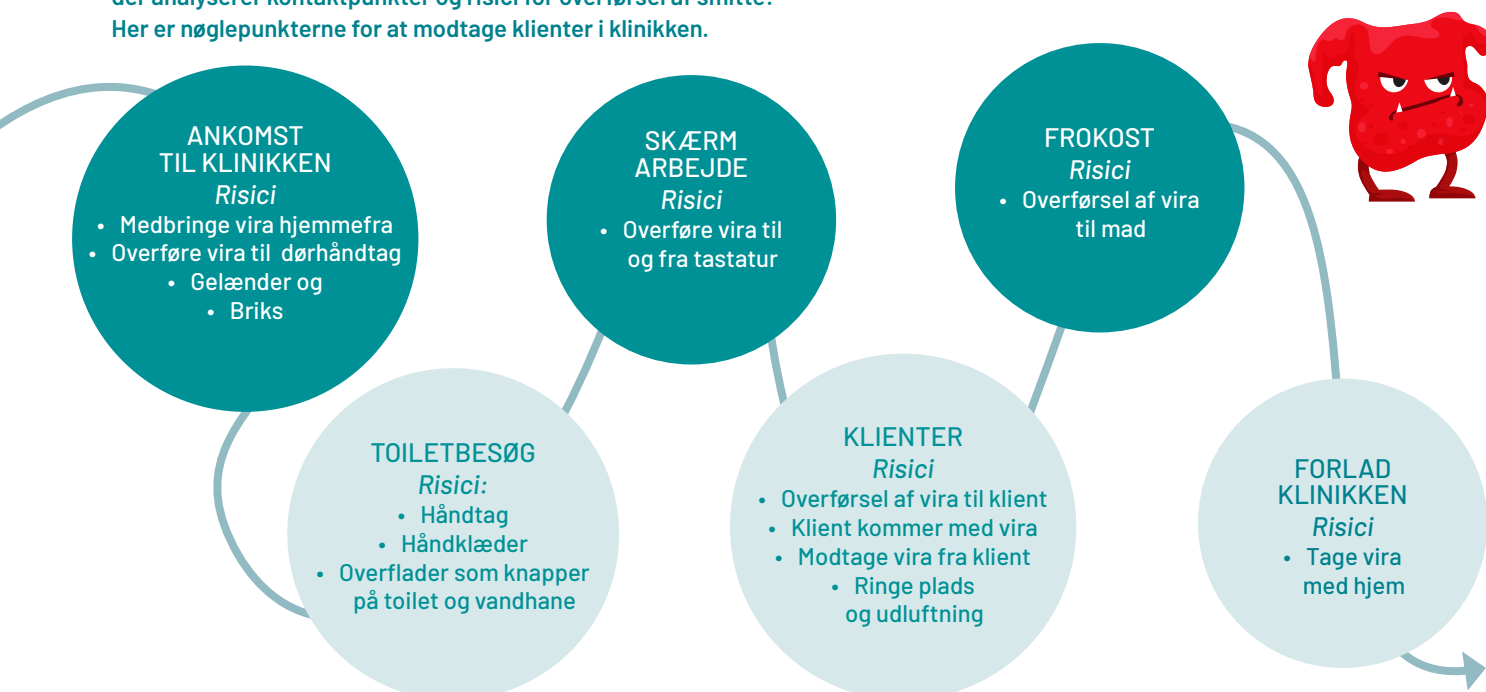
HVORDAN RENGØRES BRIKSEN?

- Læder rengøres med produkter til læder eller vredet klud med varmt vand og lidt opvaskesæbe.
- Vinyl og Polyuretan og andre plastmaterialer kan rengøres med både sprit og sæbe
- Det er en god ide at bruge et dækken i form af lagen eller håndklæde, som kan vaskes efter brug. Bed klienten medbringe eget lagen.

PROFESSIONELLE HÆNDER

At have "professionelle hænder" handler om at kopiere dén tilgang, vuggestuepædagoger, læger og kokke har til hygiejne og deres hænder – og tage den med ind i den alternative klinik. En pædagog ved godt, at han ikke skal klø sig ved næsen under et bleskift, på samme måde som kokken ikke gør det under service. Der ligger en god adfærd allerede, som blot skal sættes i system.

På hygiejnekurset dykker Michelle Rahbek ned i flowdiagrammer, der analyserer kontaktpunkter og risici for overførsel af smitte: Her er nøglepunkterne for at modtage klienter i klinikken.





Spørg om hygiejne

Der var gang i spørgelysten efter Michelle Rahbeks 4 ZCT-kurser. Her er nogle af svarerne.

Hvis man har behandlet en klient og stadig har lidt creme på hænderne, er det så nyttigt at spritte hænderne af, inden man kan komme til at vaske hænder?

Michelle: Ved creme på hænderne vil det være fordelagtigt at fjerne den overskydende creme først for at kunne spritte hænder. Dette gøres med sæbe. Så vask hænder først og så sprit af. Det samme er gældende for olie.

Er det muligt at bruge sæbevand i sprayflaske og aftørring med rene klude stedet for spand med vand og klude?

Michelle: Det skulle det være. Bare sørg for korrekt dosering i flasken.

Hvordan vil du anbefale at jeg desinficerer mine himalaya saltskugler, som bruges i ansigtet til japansk lifting? Skal jeg bruge noget andet med en glat overflade?'

Michelle: Efter at have læst lidt om stene, er jeg ret sikker på, at jeg ville dampe dem. Det er den mest skånsomme metode, jeg kan komme i tanke om, men stadig meget effektivt. Dampen vil være lige over 100 grader varm, så et par minutter her ville være nok.

I forhold til udluftning. Når der ikke er mulighed for at skabe gennemtræk i rummet, kan en bord-ventilator så være en ide til

at skabe rotation af luften – eller er det for lidt?

Michelle: Gennemtræk er det optimale, men bordventilatoren er bestemt bedre end ingenting, så brug den endelig.

Har du erfaring med ion-app? altså hvor der sendes negative ioner ud i rummet?

Michelle: Jeg har researchet lidt på det her emne. Det er en teknologi, der virker. Den renser, men der er intet der tyder på, at den har en indflydelse på virus. Ionisering danner derudover ozon, hvilket er en helt naturlig proces, som opstår i naturen f.eks. under tordenvejr. Ozon renser luften, men ozon i for store mængder er ikke godt i rum, hvor mennesker opholder sig.

Jeg bærer altid visir, og tager også mundbind på, hvis jeg skal behandle klientens forside. Men jeg har ikke haft mundbind på, når jeg sidder ved klientens fødder. Tænker du, at det er fint?

Michelle: Forskellen på mundbind og visir er, at mundbindet i princippet filtrerer alt, hvad der kommer ud af munden på dig, hvor visiret kun stopper de direkte dråber. Så mundbindet forhindrer det, der er i luften, hvor visiret forhindrer dråbesmitten. Umiddelbart vil det være fint kun med visiret, hvis du er udendørs eller har virkelig god udluftning. Er dette ikke tilfældet, ville jeg prioritere mundbindet foruden, som du gør det, visiret, når du kommer tæt på.

Hvis vi er blevet nyst på og skifter t-shirt, som typisk skal over hovedet og dermed tæt på luftvejene, er det så ikke bedre at beholde den på?

Michelle: Virkelig god pointe! Lad det være op til en vurdering. Hvis din T-shirt udgør en risiko, hvor du eller klienter vil kunne røre ved den, så synes jeg, den skal skiftes. Men stod du med ryggen til, og der ikke er nogen der vil komme i kontakt med det område på t-shirten, så skal du måske lade være. Du skal også lige vurdere hvor mange flere klienter, du har den dag.

Saltsten: Er salt desinficerende i sig selv?

Michelle: I princippet ja. Når jeg svarer sådan, er det fordi, vi bruger salt i til at konservere fødevarer. Det er effektivt til at trække væske ud af cellerne. Man skal dog have en ret høj koncentration, og man skal være sikker på, at den er høj nok. Hjemmesaltede sild er hvert år skyld i et par dødsfald, da man kan skabe et miljø, hvor bakterien Clostridium Botulinum kan leve. Den er en satan, der laver nervegift, hvilket kan medføre pølseforgiftning, som man dør af.

I forhold til virus tænker jeg dog, de skal betragtes som en besværlig overflade, ligesom pap eller stof, hvor virus lever i kortere tid. Man kan godt have kontaktsmitte kort tid efter, men overfladen vil gøre det af med virus med tiden pga. den udtørrende effekt saltet har.





TAK TIL ALLE. Så fik vi atter Zoom'et os gennem årets generalforsamling



REFERAT fra ZCT's ordinære generalforsamling den 13. marts 2021 kl. 9.00-13.00

1. Valg af dirigent og referent

Anne-Mette Duelund valgt til dirigent –
Dorthe Lambæk valgt til referent

2. Bestyrelsens beretning

Uddrag – Årsberetning kan læses i blad 1-2021 og på Intranettet

- Generalforsamling 2020 blev afholdt via Zoom
- Foredraget "Et hav af bakterier" som skulle være afholdt på generalforsamlingen, blev efterfølgende afholdt i en Web version, med 80 deltagere
- Der er afholdt 3 hygiejne kurser, med stor opbakning fra medlemmerne
- Året i ZCT's sekretariat har været præget af næsten daglige henven-

delser til diverse Corona hotlines, Erhvervsstyrelsen, Erhvervs huset og Ministerier, for at få overblik over reglerne der er blevet meldt ud, men de mundtlige svar fra styrelser og hotlines er forskellige, vi har oplevet at mundtlige svar fra Erhvervsministeriet ikke stemmer overens med svar fra Sundhedsstyrelsen, så i ZCT har vi valgt kun at forholde os til skriftlige svar fra diverse styrelser og ministerier vedr. retningslinjerne.

- ZCT er blevet en del af RAB-forum sammen med 10 andre brancheforeninger. Anette Hansen er blevet valgt til formand for RAB-Forum. Der er indgået et samarbejde med Sundhedsrådet. Der har været afholdt møder og nye er planlagt i 2021
- Der har været planlagt 4 førstehjælpskurser, som pga. Corona restriktioner

var nødt til at blive aflyst, så snart det bliver muligt bliver der arrangeret nye kurser, indtil da har alle dispensation, der gives ligeledes dispensation til RAB- opdatering, såfremt det ikke har været muligt at deltage i opdateringskurser.

- ZCT har stadig et samarbejde med FDZ om godkendelse af efteruddannelseskurser, det har nu resulteret i et nyt ansøgningsskema til kursusudbydere, som nu indeholder alle relevante oplysninger, som både forenkler godkendelsesprocessen, men også sørger for at vi har dokumentation for godkendelse, som kan indsendes til Styrelsen for Patientsikkerhed ved forespørgsel.
- Etisk råd har haft en sag i 2020, som nu er afsluttet. Bestyrelsens beretning godkendt

3. Forelæggelse af regnskab

Regnskab godkendt

4. Valg af bestyrelse, godkendelse af forretningsorden.

Bestyrelsen:

Formand Anette Hansen (ikke på valg)
Næstformand Dorthe Lambæk genopstiller - valgt Anne Mette Duelund (ikke på valg)
Sanne Andersen genopstiller - valgt
Lisbeth Skovmand Nielsen. (ikke på valg)

Forretningsorden for bestyrelsen godkendt

Suppleanter:

Bo Duncan

Anne Dorte Gaardsted

Gitte Petersen

5. Valg af revisor

Torben Korup Dansk Revision Århus valgt

6. Valg af medlemmer til etisk råd, godkendelse af forretningsorden

Formand Anette Gammelgaard (ikke på valg)

Allan Dresling genopstiller - valgt
Hanne Eskerod Madsen opstiller - valgt
Suppleant:

Lise-Lotte Simonsen på valg - valgt
Forretningsorden godkendt. Der tilføjes i Etisk Råds forretningsorden, at referater fra møder sendes til suppleanter.

7. Fastsættelse af kontingent og budget for 2021

Kontingent for 2021 uændret

Budget for 2021 godkendt

8. Indkomne forslag:

Ansøgning om optagelse af ERT-Terapeut (Emotional Reflection Theory/Therapy)

ERT- Terapeut er en ny uddannelse i Danmark, udviklet af Luise Thye-Østergaard, bestyrelsen har gennemgået uddannelsen og anbefaler at terapeuter herfra kan optages i ZCT.

Hvis forslaget godkendes tilføjes i Vedtægten's §3 Medlemmer stk. 1 tilføjes ERT-Terapeut stk. 3 Efter godkendt ansøgning hos Sundhedsstyrelsen kan også ERT-terapeuter registreres.

Forslag godkendt



Nu kan du uddanne dig til ERT-Terapeut

ERT traumeværktøjer hjælper med at ændre tidligere chok eller traumer, der lever i nervesystemet.

ERT-Mediator

Start: august 2021

Offline adresse: Fredensborg

10 moduler = 50 timer
Online 7 aftener på 4 timer
Offline 3 dage på 7 timer
Inspirerende gæstelærere
8 timers vejledning, 1:1
Aftsluttende skrift. opgave

Pris: 17.000 DKK

Kursusbevis = ERT Mediator

ERT-Coach

Start: januar 2022

Offline adresse: Fredensborg

9 moduler = 100 timer
Online 3 aftener a 4 timer
Offline 12 dage a 7 1/2 time
Inspirerende gæstelærere
4 timers supervision, 1:1
300 siders kompendie
Eksamen juni 2022

Pris: 33.000 DKK

Kursusbevis = ERT Coach

ERT-Terapeut

Start: august 2022

Offline adresse: Fredensborg

5 moduler = 100 timer
Online 1 aften m. Q&A
150 siders kompendium
Offline 10 dage a 7 1/2 time
Eksamen efter aftale
2 timers tilsyn, 1:1
Eksamen efter aftale

Pris: 27.000 DKK

Kursusbevis = ERT Terapeut

ERT-Instruktør

Start: august 2022

Offline adresse: Fredensborg

10 moduler = 50 timer
Online 8 aftener på 4 timer
Offline 3 dage på 7 timer
Inspirerende gæstelærere
100 siders kompendium
2 timers tilsyn, 1:1
Eksamen efter aftale.

Pris: 23.000 DKK

Kursusbevis = ERT Instruktør

Uddannelsen er godkendt af ZCT.
Der kan ansøges om RAB-certificering efter eksaminering af de første 20 kursister.
Læs mere: emotionalreflectiontheory.com



Luise Thye-Østergaard
Ring: 24 94 29 69



Lær at behandle med kinesiske urter

Nordisk Akupunkturuddannelse udbyder uddannelsen til kinesisk urteterapeut til alle, der "kigger på ubalancer" og ønsker at behandle årsag frem for symptom

Af Mette Andersen

ZCT HAR NETOP godkendt en ny efteruddannelses-mulighed for medlemmerne, udbudt af Nordisk Akupunkturuddannelse i Bagsværd.

Uddannelsen henvender sig til behandlere, der orienterer sig ud fra principperne i kinesisk medicin. ZCT's medlemmer, der er RAB registrerede som akupunktører, kan springe første semester over.

Andet hold sendes på vingerne til et tre-årigt forløb fra efteråret 2021, såfremt der er tilstrækkeligt antal tilmeldte.

Uddannelsen er i forvejen godkendt af brancheforeningen PA, der er i færd med at arbejde for en autorisation for foreningens medlemmer

Håber tiden er inde

Det er en drøm, der går i opfyldelse for

Nordisk akupunkturuddannelses mangeårige skoleleder Vibeke Bergfors.

"Jeg håber, timingen er rigtig - og tror det faktisk. Mange vil gerne trække ansvaret for deres egen sundhed hjem, som en reaktion på den epidemi, vi befinder os i. Man er måske ikke helt enig i den måde, der bliver taget hånd om sundheden eller føler sig afmægtig og har behov for at "gøre noget" mere, og dér kommer urte-



“Alle kan have glæde af uddannelsen – alle der arbejder ud fra den kinesiske medicin og vil understøtte behandlingen mellem konsultationerne.”

medicinen på banen. Derfor åbner vi nu for alle behandlere, der kan se potentialet i kinesisk utemedicin.

Urterterapi som supplement

At behandle med urter i form af kosttilskud – er udbredt og anerkendt. At behandle med kinesiske urter i løsvægt og selv blande recepten – knapt så udbredt. Det er, ifølge skolelederen, hvad uddannelsen handler om.

Uddannelsen skal ses som et supplement til den behandling, der allerede gives.

“Det gælder uanset, om du er akupunktør, zoneterapeut, massør eller KST'er. I princippet alle, der arbejder ud fra den kinesiske medicin og vil understøtte behandlingen mellem konsultationerne, kan have glæde af uddannelsen”, forklarer skolelederen.

Interesse for urte-selvbehandling

For dét er én af de lavpraktiske fordele ved urterne. At klienterne kan selvbehandle sig tre gange dagligt ved at tage den blanding,

der er personligt ordineret, fremfor at gå til hyppige konsultationer, som de færreste har råd til eller magter.

Det er en trend, Vibeke Bergfors, tror vi vil se slå igennem i den kommende tid. I kølvandet på pandemien er der stigende fokus på at tage vare på sig selv som modvægt til det etablerede sundhedssystem. Det åbner et rum for “alternative” behandlere. Mange har fået øjnene op for homøopati, aromaterapi, kosttilskud etc.

Som kinesisk urteterapeut kan du altså understøtte behandlingen i behandlingspauserne. Og muliggøre højere effekt ved nål, tryk og massage ved de fysiske konsultationer, der selvfølgelig stadig skal finde sted.

Ikke kun forbeholdt akupunktører

Det er i erkendelse af, at langt de fleste “alternative” behandlere deler intentionen om at behandle årsager frem for symptomer, at skolen åbner uddannelsen for andre målgrupper end akupunktører.

Lyt til uddannelsen på www.noakud.dk

På Nordisk akupunkturuddannelses hjemmesiden forklarer Nigel Tonto Ching og Claus Sørensen, om deres begejstring for at undervise i urterne.

“Det vi kan med urter, supplerer det vi kan med akupunktur på fantastisk vis. Det er et sublimt supplement, når klienterne har svært ved at komme ofte. Med urter kan klienten behandle sig selv 3 gange dagligt – og få et skub med nålene hver 14. dag”.

Claus Sørensen taler om at “steppe op”, da der selv for landets mest erfarne akupunktører er tilstande, der er svære at tilgå med nåle alene.

En af de stærkt berigende værktøjer, der følger med uddannelsen er abdomen diagnose, der muliggør en mere præcis diagnose end hidtil. Og da uddannelsen går ud på at kombinere recepter til specifikke behandlinger, vil resultaterne fremstå klarere og hurtigere.



Nigel Tonto Ching forklarer i videoerne, hvordan det er muligt at forstå urtemedicinens grundprincipper, selv om man ikke er uddannet akupunktør.

Begge behandlere understreger at uddannelsesniveaue er ambitiøst, og det vil være en uddannelse, hvor der skal lægges en seriøs indsats i patient-forløb, teori og den specialkompetence det er, at kunne tilrettelægge egne recepter.





Vibeke Bergfors,
Skoleleder



Claus Sørensen,
Underviser



Nigel Tonto Ching,
Underviser

“Hvis du har en læge, en sygeplejerske og en sosu assistent – hvem vil du så helst opereres af?”

Gennemgående undervisere er Claus Sørensen, som ZCT-medlemmer kender som klummeskribent. Samt Nigel Tonto Ching, der i mange år har undervist på Nordisk Akupunktur uddannelse. Nigel har skrevet de fagbøger, der anvendes indenfor akupunkturuddannelsen og har desuden en kandidat grad i kinesisk medicin fra Middlesex universitet. Undervejs flyves udenlandske kræfter ind, blandt andet Simon Becker fra Schweiz

Specialistviden

Men hvad kræver det ekstra at behandle med netop kinesiske urter?

“Det kræver specialistviden. Viden for midlet på et teoretisk niveau med afsæt i anatomi og fysiologi, mange års praksiserfaring og et afsæt i de oprindelige tekster for at nævne bare nogle få ting. Hvordan opfører urterne sig ifht. kulde og varme, slim, fugt, stagnation og bevægelse”, uddyber Vibeke Bergfors.

Alle er velkendte begreber for behandlere som zoneterapeuter, akupunktører etc., men nu kobles urternes visdom på. Hvordan kan forholdet mellem urterne kalibre-

res, hvordan kan de specifikke diagnoser stilles, og hvad skal ordineres hvordan?”

Vil styrke omdømmet generelt

Uddannelsen er branchepolitisk Nordisk akupunkturuddannelses bud på en specialist-overbygning, der sigter mod at styrke omdømmet for behandling med urter.

“Da vi har rødder i kinesisk medicin, er vores greb selvfølgelig at bringe en – gennem tusindvis af år – anvendt og dokumenteret effektiv behandlingsmetode i spil i langt højere grad end i dag. Det er en viden, der ikke er forbeholdt akupunktører.

Danmark er bagefter

Når få behandlere pt. har kinesisk urteviden på tilstrækkelig højt niveau, er det et billede på, at vi i Danmark er langt efter vores naboer, når det gælder anvendelse – og anerkendelse – af urtemedicin, forklarer Vibeke Bergfors.

I Schweiz, hvorfra Nordisk Akupunkturuddannelse henter flere af sine gæsteundervisere, anvendes urter på hospitalerne,

Tyskland har sine heil praktikere og i Storbritannien er akupunktør-uddannelsen en universitetsgrad. I Kina kunne man ikke drømme om at behandle gynækologiske og dermatologiske ubalancer med andet end urter.

Det er ikke nyt for Zoneconnections læsere, men ifølge Vibeke Bergfors er der en proces i gang i “det brede” Danmark, som den alternative branche selv har en mulighed for at skubbe på ved at løfte barren for kvaliteten af behandlinger. Alle behandlere kan være med til at præge det samlede omdømme ved at være veluddannede.

Branchen skal gribe momentet

Vibeke tror nemlig på, at den alternative branche går mere anerkendelse i møde. Selv om det er et langt sejt træk.

Samtidig, pointerer hun, at branchen må gribe i egen barm. Det hjælper ikke, at den fortsat består af veluddannede behandlere side og side med folk, der ukritisk tager titler til sig efter weekendkurser og korte forløb.

At forstå, at der er niveauer af læring og kvalitet – er en lektie, politikere og journalister må og skal bibringes – branchen må undervise via egen adfærd.

“Det er klart, at der er forskel på uddannelser til 15.000 og 100.000 ... og mange vælger den prisbillige. Hvordan skulle de vide bedre? Når begge efter endt 3 årig uddannelse – eller kursus – giver retten til at kalde sig akupunktør. Og sætte annonce i avisen.”

“Som sygeplejerske er jeg selv fra den etablerede sektor og plejer at sige til dem, der tror alternative behandlere er én grå masse: Hvis du har en læge, en sygeplejerske og en sosu assistent – hvem vil du så helst opereres af? Hvem vil samfundet helst have opererer?”

Det er en logik, der vil få sit gennembrud, tror Vibeke Bergfors på.

Og nu kan uddannelse, der skubber på, tages i Bagsværd.



NYT

URTETERAPI UDDANNELSE for **alle** interesserede

4. november 2021 – 19. december 2024

Hovedundervisere og faglig ansvarlige: Nigel Ching og Claus Sørensen

Uddannelsen er 3 – årig og opdelt i 2 moduler.

1. MODUL

4. nov. 2021 – 14 okt. 2022,
hver torsdag kl. 9 -16

Basis uddannelse i "kinesisk medicin",
hvor alle de grundlæggende principper,
diagnosemetoder, og ubalancemønstre
grundigt gennemgås.

Der er praktiske øvelser i patientklinikker.

Hvis du allerede er uddannet akupunktør
kan du springe modul 1 over.
Eller vælge at opfriske enkelte fag.

2. MODUL

27. okt. 2022 – 19. dec. 2024,
1 torsdag+fredag pr. måned

Selve urteterapiuddannelsen bygger
ovenpå den kinesiske basisuddannelse.

Du vil lære at anvende en stor gruppe
enkelt- urter og derudover lærer du
at sammensætte dine egne recepter,
som er specialdesignet til den enkelte
patient. Du skal under uddannelsen
arbejde med klienter under vejledning
af underviserne.

For yderligere information:
www.noakud.dk/urteterapiuddannelse/#top

Kontakt:
skoleleder Vibeke Bergfors, tlf 2024 1437, vibeke@bergfors.dk

For under 100 kroner om dagen...

... har Helle stadig hænderne fulde.
30 nye klienter på halvanden uge

I SENESTE NUMMER kiggede vi ZCT-medlem Helle Løvstrup Jensen over skulderen. Hun var i gang med en mini-uddannelse i sociale medier – og havde før 2. nedlukning kort før jul, oplevet at have så mange klienter i bogen, at hun var nødt til at skru ned for hendes online marketing.

Kan det være rigtigt?

Ja, det kan vi her på bladet bekræfte. For da vi ringer Helle op for at høre, hvordan det nu går... har hun så meget om ørerne, at hun først kan snakke efter flere dage. Og hvad hun fortæller er:

Indenfor den seneste halvanden uge (medio maj) er der kommet 30 nye klienter til. Spritnye vel at bemærke.

Helle har ikke nået at kontakte dem alle. Det er, efter Helles opfattelse, hverken hendes person eller tilbud, der gør jobbet. Men at hun gør det, alle snakker om: Annoncerer online. Kontinuerligt. Overfor de rette målgrupper. Helt åbenbart, kort og godt: På en effektiv måde.

Hvad koster det?

Under 100 kroner om dagen er udgiften i



Husker du artiklen om Helle fra sidste nummer? Læs her hvordan det siden er gået i forhold til hendes online marketing

de perioder, hvor der annonceres. Til gengæld er det en kontinuerlig investering, om end Helle i perioder vælger skru ned for beløbet. Som det var tilfældet i december, før anden nedlukning.

"Jeg kunne simpelthen ikke følge med", smiler hun.

EFTMR forbløffer klienterne

Der er også en anden succeshistorie i ærmet. Siden seneste seneste artikel i februar, er hun begynder at opleve accept af EFTMR-behandlingen.

Helle gennemførte nemlig, som en af de første EFTMR-uddannelsen hos Mette Barfoed med ZCT som RAB-registreringsansvarlig i ryggen. Og det har været op ad bakke at få formidlet den effekt, som Helle har mærket på egen krop og derfor ved, hun kan bidrage med til sine klienter.

"Det er helt nyt for mange, og det virker afskrækkende at skulle interessere sig for fortiden. Efterhånden er det dog lykkedes mig at invitere flere til at prøve – og berøringsangsten er på retur. De fleste er forbløffede over, hvad det kan".

EFTMR er energiarbejde med afsæt i EFT. Og det, der gør klienterne målløse er, at de kan mærke, hvordan bagagen slipper. En anden overbevisende faktor er, at EFT hviler på samme teoretiske fundament som zoneterapien og akupunkturen – meridianbanerne.

Helle er derfor fuld af forventning til fremtiden for behandlingen, som hun glæder sig til, at mange flere oplever værdien af. Især er der behandlings-gevinst, når de energetiske "knuder", vi kan slå på os selv ifbm. stress-lidelser, løsner sig op.

Og klienten kan sænke skuldrene og nyde et lettelsens suk!

Mangler du en pjece med DIT NAVN

HAR DU BRUG for en ZCT-pjece inklusiv en profil-bagside med DIT navn, kontaktdata og kort beskrivelse af din klinik. På den måde kan du bruge den som visitkort og vise, at du med i en brancheforening, godkendt af Styrelsen for Patientsikkerhed.

Bladets redaktør, Mette, der også arbejder med ZCT's hjemmeside, har tilbudt at hjælpe med det praktiske samt opsætning. Det tager hun 750-1000 kroner for, afhængig af, hvor kompliceret ønsket er.

DET FÅR DU:

- Hjælp til opsætning inkl. rettelser.
- Link til en online-version af pjecen
- Hjælp til at lægge online-pjecen på din hjemmeside, så kunderne kan bladre i den.
- Du kan få udarbejdet en A4 version, så du kan printe fra egen printer
- Levering af print-pjecer mod tillæg

Ordlyden, der beskriver behandlingen er formuleret af ZCT. Du vælger selv dine ord til bagsiden. Du kan kontakte Mette på: redaktion.zoneconnection@gmail.com. Mærk mailen. "PJECE"



Allergica • Hagemannsvej 11 • 8600 Silkeborg • 70 26 17 77 • allergica@allergica.dk • www.allergica.dk



Sådan kommer Allergicas lægemidler til verden

- MED ALT DET GODE FRA NATURENS RIGE

Bigift, berberis og skovsyre er nogle af de råvarer Allergica samler i den danske natur.

Naturkræfter i råvarerne frigives i potenseringsprocessen, så de bliver lette at optage. På den måde bliver naturens kræfter let tilgængelige værktøjer til liv og helbredelse for mennesket i Allergicas homøopatiske lægemidler.

HVEM ER VI?

Allergica A/S er en antroposofisk inspireret virksomhed, der fremstiller homøopatiske lægemidler. Allergica blev grundlagt i 1984, og vi har siden fremstillet lægemidler, som udnytter kroppens egne kræfter til helbredelse ved hjælp af naturens ressourcer.

Se mere på www.allergica.dk

Foreningen Alma • Hagemannsvej 11 • 8600 Silkeborg • 86 81 92 77 • alma@alma-info.com • www.alma-info.com



Esther



Helle



Mie



Fredags-fif

- Et gratis tilbud til medlemmer af Foreningen Alma

Hør eksperternes gennemgang af forskellige emner med behandlingsforslag og få svar på dine spørgsmål.

- Tid: hver fredag fra kl. 8-9
- Sted: ved din PC eller telefon via Zoom
- Eksklusivt for medlemmer af Foreningen Alma

Vi glæder os til nogle spændende timer med lærerig erfaringsudveksling mellem fagfolk.

Hvis du ikke allerede er medlem, kan du blive det på hjemmesiden: www.alma-info.com/bliv-medlem

Foreningen Alma
Vi brænder for den antroposofiske homøopati





ZCD for ZoneCollege Danmark

Ved Sjællands "East Coast" ligger en skole, hvor skolelederen har en mission, en plan og masser af energi. Og elever, der er ved at vende tilbage efter nedlukningen

Af Mette Andersen

I SNART TRE år har ZoneCollege Danmark haft Søs Kortess bag rorpinden.

En skole, der klarer sig godt. En skole, der finder på nyt – og en skole, hvis skoleleder har en mission:

At uddanne praktiserende og dygtige, teoretisk stærke behandlere. Dem er der brug for. Til at behandle, lytte, trøste og vejlede. Men også til at tage kampen op mod det billede, der tegnes af "alternative" behandlere i Danmark. Det er Søs nemlig træt af.

"Hver 3 dansker kommer i vores klinikker – erhvervsfolk, politikere og topatleter. Og så er det ærgerligt at se i avisen, at vi er en branche fuld af tosser."

Vi er veluddannede

Jeg synes, det er på tide, at vi som samfund får snakket om, hvad alternative behandlere er for nogen. Så det bliver tydeligt, at vi er flere slags, og at mange af os har grundige uddannelser bag os.

Behandlere, der har arbejdet med deres uddannelse i 3 år fortjener ikke at blive slået i hartkorn med "alternative" generelt,

mener skolelederen. Pressens historier bygger alt for ofte på kolleger med tvivlsom uddannelsesbaggrund eller på misforståelser.

"Som branche må vi stå sammen om høje standarder for etik og kvalitet af uddannelsen," mener Søs Korte.

Giv os en beskyttet titel

Vi har brug en beskyttet titel – en autorisation. Sådan ser Søs på det.

"Du skal være sådan, at du kun kan kalde dig akupunktør, hvis du har en lægeeksamineret uddannelse med fysiologi og anatomi, og hvis du består en eksamen tilrettelagt og godkendt i en brancheforening. Andet er useriøst overfor klienterne."

Der kunne også skabes anerkendelse ved at styrke RAB-ordningen. Sådan som mange brancheforeninger kæmper for. Heldigvis er det i fokus. Mener Søs. Og derfor skal der uddannes kompetente ildsjæle på ZoneCollege Danmark, der kan give medie- og politikerdomstolen modspil.

Ligesom det sker på landets øvrige registreringsansvarlige foreningers skoler.

Virkelig dejligt at åbne igen

Når det er sagt... fejler humøret ikke noget i Håndværkerbyen i Greve, hvor Søs driver sin skole i samme ejendom, hvor hun og ægtefamilien bor. Parrets to store børn er flyttet hjemmefra.

"Det er virkelig dejligt at åbne igen! Også selvom det er med ar på sjælen. Den lange nedlukning kan mærkes både på pengepungen, men også mentalt blandt kursisterne.

"Jeg besvarer rigtig mange mails og op-ringninger. Folk passer mere på pengene og vil være sikker på, det er det helt rigtige. Mange spørger ind til detaljer omkring afstandskrav og hygiejne. Der er en nervøsitet til stede, jeg ikke har mærket før."

Evighedsstuderende

Omvendt er der høj energi, når først holdene samles. I denne måned afsluttes ZoneCollege Danmarks første hold ernæringsterapeuter. Et hold Søs selv eksaminerer sammen med.

Dermed har skolelederen alle tre uddannelser på skolen samt akupunktur i bogen. Foruden en uddannelse i øreakupunktur, kostetologi og som fysiurgisk massør plus en masse andet.

Søs griner. "Ok, jeg er evighedsstuderende. Flere uddannelser har jeg to gange, ja akupunktør tre gange. Det har været lige spændende hver gang. Jeg gik ful under

”Som branche må vi stå sammen om høje standarder for etik og kvalitet af uddannelsen.”

både Ziggy og Mette Olsen. Det fik jeg meget ud af.”

Så stod Søs til søs

At Søs endte som skoleleder var en tilfældighed. Tidligere drev hun broderifirma, tidligere igen et cateringfirma foruden klinik som fysiurgisk massør og kosmetolog. Men under en rejse med sønnens karate-landshold oplevede hun på nært hold, hvad akupunktur kunne udrette, og tænkte: Det dér, dét vil jeg kunne!

De første uddannelser fandt sted på ZoneCollege Køge og Holbæk. Da Ziggy lod sig pensionere, blev skolerne overtaget af Mette Olsen og det blev besluttet at samle filialerne. Der blev indrettet undervisningsfaciliteter i Greve. Men efter kort tid måtte Mette af helbredsmæssige årsager lade stafetten gå videre....

”Så var der mig og lokalerne tilbage. Og jeg besluttede at tage over. Det har jeg ikke fortrudt.”

Rart at kunne mange ting

Beslutningen blev at videreføre uddannelserne til zoneterapeut og KST – men slippe akupunktur, der rykkede til Nordisk akupunkturuddannelse. Ind kom i stedet uddannelsen til ernæringsterapeut. De to første er begge RAB-certificerede under ZCT og ernæringsuddannelsen i proces i FDK – forende danske kostvejledere, hvor der arbejdes på en certificering.

Surfer man kursus-udbud på ZoneCollege's hjemmeside er de alsidige. For er der noget, der ligger Søs på sinde, er det, at man som behandler skal kunne orientere sig allround. Det indebærer også at vide, hvornår man skal sende en klient videre til læge eller psykiatri.

Vi er hverken naive eller tosser

”Vi er komplementære. Vi komplen-

terer: Lindrer, understøtter, bidrager til. Og det er det budskab, vi skal have ud, så også de unge behandlere kan holde ryggen rank, når blæsten rammer. Vi skal have et stærkere ordforråd.

”Jeg er selv skeptiker og naturvidenskabeligt funderet, så jeg forstår godt den kritiske tilgang. Det må dog være udtryk for uvidenhed, når vores branche skæres over én kam – og der tegnes et billede af, at vi uddanner os over tre år, uden at kunne bidrage med noget som helst af værdi til klienterne. Som i øvrigt kommer igen og igen. Af sig selv.

Et smart navne-valg

I dag har Søs Korde i sin klinik masser af elitesportfolk, men også mange unge med

misbrugsproblemer. Begge klientgrupper har hendes forkærlighed.

Og så har hun en skole at passe – ZoneCollege Danmark. Og hvorfor Danmark?

”Ha ha”, griner Søs Korde og forklarer: Da fusionen mellem Holbæk og Greve var en realitet, skulle der findes nyt navn. Da kiggede praktiske Søs på emails, blokke og marketing materialer.

Og vupti: ZCD (som var ZCT's navn for skolerne tidligere: ZoneConnection Danmark). Blev til: ZoneCollege Danmark.

Smart!

Besøg ZoneCollege Danmark:
www.zcdskole.dk





“Taknemmelighed er afgørende, når man arbejder med mod, fordi det beroliger nervesystemet”.

Citat: Luise Thye-Østergaard, udvikler af ERT

ERT hjælper med at ”overskrive” datids chok og traumer, der lever som nutidsbegivenheder i vores nervesystem.

Uhensigtsmæssige reaktionsmønstre er en flugtmekanisme, der kan sidestilles med ”fight, flight or freeze”. ERT hjælper med at blive i nuet.

ERT – ny ZCT godkendt uddannelse

LIVET

ER EN PERFEKT PLATFORM TIL LÆRING

Emotional Reflection Theory har hidtil kun været praktiseret af udviklerne af teorien. Nu kan du tage uddannelsen til ERT-Terapeut på en ZCT samarbejdende skole, LT Academy.

Af Mette Andersen

DET ER EN ny, men gennem år testet, teori, der ligger bag den nye uddannelse, ERT, der udbydes fra august 2021. Gennem en række enkle trin er det muligt at guide sig selv til at "overskrive" datids chok og dårlige oplevelser, der lever som nutidsbegivenheder i nervesystemet. Uddannelsens fulde navn er: Emotional Reflection Theory

Som færdiguddannet kan man kalde sig "ERT-Terapeut" og kan hjælpe andre igennem en-til-en eller som "ERT-Facilitator" guide større hold i for eksempel virksomheder, der arbejder med medarbejdertrivsel. På lang sigt tilstræbes det, at uddannelsen RAB-certificeres. Ansøgningen sker når de første 20 er uddannet.

"Målet er at finde ind til en modig og autentisk kerne, der ikke påvirkes af andres meninger og holdninger. Det handler om at tro på sig selv, stå op for sig selv og skabe mening i livet", forklarer Luise Thye-Østergaard.

10 år undervejs

Igennem 10 år har hun udviklet og fintunet teorien sammen med sin partner, golf-spilleren Mads Vibe-Hastrup, og parret har med udgangspunkt i teorien coachet erhvervsledere, sportfolk og helt almindelige mennesker. Nu er erfaringerne så

robuste, at Luise Thye-Østergaard er klar til at uddanne andre.

Uddannelsen forudsætter, at den studerende har mod på at arbejde med sig selv på et dybt plan, hvor indgangsvinklen er uhensigtsmæssige reaktionsmønstre, som man skal være villig til at gå all in på at få ryddet op i.

"Hvis du for eksempel råber ad din partner, når du er ked af det, så er det et uhensigtsmæssigt reaktionsmønster, fordi du ikke reagerer fra din autentiske sårbare kerne. Igennem de kognitive modeller i ERT hjælpes du til at blive i nuet og overbeviser gradvist dit nervesystem om, at der ikke er fare på færde. Det giver mulighed for at skabe et liv med mening", forklarer Luise Thye-Østergaard.

Hvad er traumer?

Livet er en perfekt platform til læring. Og vi har mulighed for at lære af de udfordringer, vi står over for gennem hele livet. Det ved vi.

"Men det er ikke altid så let – for læring handler om at blive i udfordringerne, og dét frembringer frygt hos de fleste", påpeger Luise og understreger at hun gennem tiden har mødt mange, der ikke kender mekanismen bag traumer. Og derfor ikke er bevidste om, at datidsbe-



5 GRUNDLÆGGENDE FØLELSER

Følelser er afgørende for evnen til at opleve vores individuelle kerne. Udfordringen er, at mange vokser op med velmenende ord som "shhh ikke så sur" eller "shhh ikke så trist". Det betyder, at vi gennem hele vores opdragelse ubevidst har lært at skjule følelserne.

Når personligheden ubevidst skjuler følelserne, er det svært for mange voksne at føle og handle efter følelserne. Fordi følelser fortæller os hvad vi har brug for.

Ikke at sætte grænser er hovedårsagen til stress og utilfredshed, og det skal ændres. Derfor er det vigtigt at forstå undertrykte følelser og arbejde med de 5 grundlæggende følelser: Frygt, vrede, sorg, misundelse og kærlighed

givenheder lever nutidigt i vores nervesystem. Når vi møder udfordringer, vækkes de til live.

”Datidsbegivenheder låser for livsudfoldelsen, og det er den låste energi, vi skal have sat fri.”

Klienter skal kunne hjælpe sig selv

Centralt i uddannelsen er, at den sigter mod at gøre klienterne selvhjulpne. ERT er ikke en terapiform, man ”går til” hele livet, men over en periode, hvor man lærer selvhjælpsteknikker og livsstrategier. Derfor er terapiformen oplagt at kombinere med ZCT's manuelle terapiformer.

Skrev kompendie non-stop

Luise Thye-Østergaard er oprindelig uddannet fra Copenhagen Business School, hvorfra hun har en Master. Efter endt uddannelse arbejdede hun i mange år med unge studerende på Niels Brock, der siden blev til CBH-Business.

”Jeg tog mig af de unges trivsel og uddannede mig i den forbindelse til EMCC Certificeret Coach. Jeg lagde mærke til, hvor stor effekt coachingen havde. Desværre så jeg også, at de unge blev afhængige af coachingen på en måde, jeg ikke brød mig om – og så en dag – pludselig – fik jeg for mit indre blik vist en udviklingsmodel i 4

trin, som ville gøre mine mere elever selvhjulpne”, fortæller Luise.

Det blev grundstenen for det, der 10 år senere, i 2021, skal formidles videre i form af en uddannelse. I årenes løb er yderligere modeller blevet vist for Luise, der ellers ikke regner sig selv for ”seende” og selv blev forbløffet, da hun i én køre skrev sin 18 siders pensumbeskrivelse. Uden efterfølgende tilpasninger. Det hele var der!

Når vi mærker fortidens følelser

Teorien er løbende blevet testet gennem klient konsultationer og træning af grupper primært i Norden, og Luise Thye-Østergaard og Mads Vibe-Hastrup er med til at repræsentere Danmark på Expo 2020 i Dubai (afholdes i 2021) med læringsakademiet LT Academy, hvor ERT teorien samt uddannelse præsenteres på den internationale scene.

Senest har parret trænet BMW's nordiske organisation. Her har omkring 400 ansatte lært ERT-værktøjsskassen at kende med det sigte, at skabe ”Emotional Wellbeing” ved at lære at navigere i nuet, hjælpe hinanden – og ikke mindst sig selv.

Vi er flokdyr

”Som mennesker er vi det eneste pattedyr, der er født med frygt for ikke at blive accepteret af flokken og samfundet. For mange skaber det en selvbeskyttende personlighed, baseret på frygt i stedet for mod, hvilket gør det vanskeligt at træde frem som et individuelt og modigt menneske”, forklarer Luise Thye-Østergaard.

Generelt lever vi af frygt for:

- 1 – ikke at være god nok
- 2 – ikke at være accepteret
- 3 – ikke at være en del af samfundet
- 4 – at miste kærlighed

Hvad sker der når angsten styrer?

”Der sker det, at vi lægger låg på os selv og glemmer, hvem vi er. Vi fødes som individer med hver vores sæt af følelser og sårbarhed, men for at tackle frygt og udfordringer i livet, har vi bygget en beskyttelse omkring os selv i form af ”personlighed”, der sørger for, at vi passer ind. Problemet er, at vi behøver vores individuelle og autentiske kerne for at opbygge mod og overvinde frygt”, forklarer Luise.

UDVIKLINGSMODELLEN



Hvordan bryde den onde cirkel?

”Grundideen er, at livet er en platform for læring, hvor vores følelser reflekteres i alt, hvad vi gør. Ved vi, hvad vi skal kigge efter, er følelserne hér for at vi kan lære af dem. Det er derfor, mange af os terapeuter ser forhold, arbejde, familie og udfordringer som en mulighed for at vokse i livet. Vi skal bare huske, at ikke alle har den tilgang og kan være forpinte uden tro på, at udfordringer i livet er lige med læring”.

Her overordnet skal personligheden udfordres til at vige pladsen og give tallet til den individuelle kerne. De centrale spørgsmål er: Hvem er jeg blevet? Og hvem er jeg?

For at besvare det, skal der mod til: Mod er nøglen.

Vores individuelle kerne

”Teorien minder os om at stoppe op i nuet og få kigget på uhensigtsmæssige reaktioner, negative tanker og følelser, der er blevet en del af vores personlighed gennem en levetid. Det er i nuet, vi har mulighed for at vende tilbage til vores individuelle kerne.”

TAKNEMMELIGHED

Taknemmelighed er afgørende, når man arbejder med mod, fordi det beroliger nervesystemet.

Denne model viser den vigtige sammenhæng mellem de 4 begreber mod, tillid, taknemmelighed og tålmodighed. Det betyder, at det tager tid at opbygge mod og derfor kræver tålmodighed. Samtidig skal der være tillid til både læringsprocessen og egne personlige ressourcer. Taknemmelighed er afgørende for, at læring kan finde sted, da det beroliger nervesystemet.

Opbyg mod + Overvind frygt = Oplev individuel autenticitet

Pharma Nords nutraceutiske efteruddannelse

**NYE
HOLD**

**Få ny viden om livsvigtige
næringsstoffer, som kan hjælpe
dine klienter og gavne
din praksis.**

Det får du på uddannelsen:

- 15 moduler med nyeste, relevante viden indenfor sundhed, kost og kosttilskud.
- Indkald ca. hver 2. måned, hvilket giver god tid til at implementere din nye viden i praksis.
- 5 internater med overnatning og fuld forplejning.
- Overnatning i lækkert enkeltværelse på et af Danmarks mest spændende kursuscentre (husk badetøj).
- Certificering.
- RAB-godkendt uddannelse svarende til 45 timer.
- Mulighed for at holde din klinik åben i hverdagene, da stort set alle uddannelsesdage ligger i weekender.

Yderligere information og tilmelding sker på

www.pharmanord.dk/uddannelse.

Spørgsmål til kursuskoordinator Tove Lykkegaard, som kan kontaktes på tlf. 75 85 74 00.

 **Pharma Nord**


**Pharma Nord
ACADEMY**

Naturlig kilde



Naturens styrke, dit forsvar®  solaray.dk