

*Glaedelig
♥ Jul*


**KALDER ALLE
ILDSJÆLE**
ZCT-konference
til marts
læs side 10

FARVERNE ER TILBAGE

Chromoterapi er forløsning uden nåle

BLOD SKAL HAVE DET GODT

Claus Sørensen
om det vigtigste

VIL DU KØBE MIN SKOLE

Partner eller ny ejer af DDZ?

DOKUMENTER DIN SUCCES!

Tips, tricks og
forsknings-links

Indhold..... side 2

Leder..... side 3

Tema:

ChromoTerapi..... side 4

Vil du købe min skole..... side 9

ZCT konference til marts..side 10

CAM Knowledge Portal side 12

Claus' klumme om blod..... side 18

Klinik og hygiejneside 20

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.

Webseite: 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. 4: 1. feb. 2022 marts 2022

Layout: Lisbeth Neigaard

Tryk: Vestergaards Bogtrykkeri A/S



ER DU ÅND-LINE?

Du arbejder med hjerte, ånd og hånd.

Og mere eller mindre villigt drages du for hvert år dybere ind i et digitalt loop, vi her fra redaktionen synes, du skal have lov at forbløffes over – her på tærsklen til 2022.

If you can't beat them, join them?

FRA REDAKTIONEN VIL vi også i det nye år bringe indsigter til din markedsføring fra det digitale verdenshav. Værktøj, erfaringer og tips. Har du selv

en succes oplevelse eller en advarsel, som dine kolleger kunne have gavn af: Kontakt redaktionen **redaktion.zoneconnection@gmail.com**



- Lige nu – og hver eneste minut døgnet rundt – handler 6 millioner mennesker online
- Hver eneste minut døgnet rundt streames 694,000 videoer på YouTube
- På Facebook deles 240.000 fotos – i minuttet
- På Instagram er det "kun" 65,000 fotos – i minuttet
- 5,7 millioner søgninger lige hvert minut på Google

Du finder ZCT på Facebook på adressen: @ZoneconnectionDK

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



I bestyrelsen arbejder vi på at skabe en konference i forbindelse med næste års Generalforsamling. Sæt kryds i kalenderen 4-5. marts 2022.

GLÆDELIG JUL

EFTER SNART 2 år med Covid-19, havde jeg glædet mig til at kunne skrive en Leder hvor det ikke skulle være et tema, men desværre er der i skrivende stund ved at blive genindført restriktioner.

Nu kunne det jo være dejligt med en krystalkugle, sådan lige at kikke i, hvordan mon 2022 bliver? men desværre jeg kan ikke spå om fremtiden. Dog ved jeg, det er ikke begivenhederne, men min reaktion på dem, der bestemmer hvordan jeg kommer igennem det, og jeg ved at jeg ikke vil nære det negative.

I en tid hvor vi føler vi får taget vores frihed fra os, er det værd at huske at:

- *Hjertet sender mere information til hjernen end omvendt.*
- *Positive følelser hjælper hjernen med kreative og innovativ problemløsning.*
- *Positive følelser hjælper hjernen med at træffe gode beslutninger*
- *Hjertet har et system af neuroner der både har kort og langtidshukommelse, og de signaler de sender til din hjerne, kan ændre din følelsesmæssige oplevelse*
- *Dit hjerte indeholder et elektromagnetisk felt der ændrer sig i forhold til dine følelser.*

- *Hjertets elektromagnetiske felt kan måles flere meter væk fra kroppen*
- *Positive tanker skaber fysiologiske positive forandringer i kroppen*
- *Du kan booste dit immunsystem ved at tilføre positive følelser*
- *Negative følelser skaber kaos i nervesystemet, positive følelser skaber det modsatte*

Så lad os se på den fremtid, som vi ved noget om

Vi skal holde fest, vi skal være sammen nogle spændende indholdsrige dage i marts, hvor vi har indbudt 3 kapaciteter der på hver deres felt vil berige os med ny viden og læring, vi skal være sammen med gode kollegaer både fagligt og socialt, jeg håber at rigtig mange ZCT'er har lyst til at deltage, se mere under nyt fra bestyrelsen.

Med ønsket om en glædelig jul og et fredfyldt nytår

Med hjerte, hjerne og hånd.

Anette ♥





LYS OG FARVER er det nye sort

ChromoTerapi er en ældgammel behandlingsform, der har ligget i dvale, men nu er tilbage med det formål, at "battle" immun-bekymringer og skrue op for det indre solskin

Af Mette Andersen

FARVER HAR TIL alle tider været et redskab, der er blevet brugt til at påvirke krop og sind. Når en dronning klæder sig i rubinrødt eller kongebåt, gør det indtryk. Når du nogle dage vælger din elskede lilla bluse – og andre dage syntes, at det ser helt mærkeligt ud, så kan det hænge sammen med din sindstilstand. Måske du lige dén dag har brug for noget mere grounding i form af jordfarver.

Det ved Rikke Godthjælp, indehaver af GODTHJÆLP Institute, noget om. Siden 2010 har hun holdt kurser og uddannet behandlere i AuriculoTerapi, AuriculoMe-

dicin, ChromoTerapi og Posturologi. Rikke kalder sit institut for *Institute for the art of balancing the body*.

Hvidt lys og lys, der blinker

"Når vi inddrager farver i behandlingen, kan vi vælge at påvirke med specifikke farver, som f.eks. hvidt lys. Men også med lys, der blinker i en særlig hastighed også kaldet frekvenser, med farvefiltre placeret rundt på kroppen eller med briller med glas i mange farver, som påvirker os, når vi ser igennem dem", fortæller hun.

Men at behandle med farver er krafti-

gere end man forestiller sig, forklarer den erfarne underviser og behandler. Farve-terapi kan have effekt med det samme og over tid – så man skal have respekt for den mængde behandling, man giver. Effekten af farvebehandling fortsætter over flere dage og uger, ja sommetider flere måneder.

Nogle mennesker kan mærke lyset på kroppen, mens andre ikke sanser det, det betyder ikke, at de ikke kan få udbytte af behandlingen – blot at de ikke endnu har evnen til at rette deres sanser i den retning, men udbyttet er lige så kraftigt.



“At behandle med farver er kraftigere end man forestiller sig, det kan have effekt med det samme, så man skal have respekt for den mængde behandling, man giver.”

ORDBOG

AURICULOTERAPI: Den oprindelige udgave af AuriculoTerapi med en vestlig tilgang, er udviklet af læge, ingeniør og akupunktør **Dr. Paul Nogier** i begyndelsen af 1950'erne.

AURICULOMEDICIN: En videreudvikling af AuriculoTerapien.

CHROMOTERAPI: Chromo kommer af græsk og betyder farve. Terapi betyder at kurere eller at helbrede. Følgelig dækker ChromoTerapi over det at behandle med farver.

POSTUROLOGI: Handler om beskrivelsen og behandlingen af menneskets postur (kropsholdning). Beskæftiger sig derfor med smerter og forstyrrelser i bevægelsesapparatet

Kram et træ og modtag lyset

Men vi er jo hele tiden omgivet af lys, så er vi så ikke i behandling hele tiden? Og er det ikke "bare" det mest naturlige at opholde sig i dagslys og modtage det ved eksempelvis en gå-en-tur i skoven eller ved havet?

"Jo og nej.... Det er en vigtig kilde til sundhed og helse at opholde sig i naturen og gerne dagligt hvis muligt, og det giver noget særligt at holde om et træ, at stå i vinden og se ud over markerne, at være i vandet og mærke ModerJord's kræfter. Det kan noget helt særligt. Men ikke alle er i stand til at tage imod lyset og energierne fra omgivelserne", forklarer Rikke.

Inden for AuriculoTerapi kaldes det for "terapiforhindringer" – mere om det senere.

Vi behøver lyset

I dagslyset eksisterer alle farver, der er synligt for øjet. Alle farver har forskellige svingninger, og det er for længst bevist, at lys og farver påvirker vores helbred. Vi har brug for lys og farver for at vores krop fungerer.

"Ligesom vi har brug for næringen fra

mad, har vi også brug for næring og påvirkning fra lyset. Lys er med til at starte processer i vores krop. Når vi opholder os i solen og får lys ind gennem øjnene og lys på huden, sker der flere ting. Lyset påvirker vores koglekirtel / pinealkirtlen og dopamin-niveauet stiger, hvilket gør, at vi føler os lettere og får lyst til at bevæge os. Humøret løftes og vi bliver lettere forelskede.

Et studie påviser ligefrem, at sollys på huden aktiverer proteiner, der øger vores sexlyst og kickstarter hormonelle processer, der giver glæde i kroppen", forklarer Rikke.

Lyset er med andre ord med til at bevæge vores celler, ja, sætte svingninger i gang i hele systemet, ikke kun i huden, men i hele kroppen.

"Du mærker det måske tydeligst, når varmen fra solens stråler breder sig i din krop. Vi ved at netop dér, aktiveres kroppen, så den danner D-vitamin og serotonin."

Vigtig komponent i helse-billedet

Alle de forskellige farvenuancer har forskellige svingninger, forskellige frekvenser, der alle har indflydelse på forskellige



OM RIKKE GODTHJÆLP

Rikke Godthjælp har holdt kurser og uddannet behandlere i AuriculoTerapi, AuriculoMedicin, ChromoTerapi og Posturologi siden 2010

Uddannelsen på GODTHJÆLP Institute til AuriculoTerapeut er niveauvurderet hos Danmarks Akkrediteringsinstitution til niveau 5 og er den første AuriculoTerapi uddannelse, der lever op til RAB-krav.

Vil du vide mere:

www.godthjaelp.dk/akupunktur-uddannelse/



dele af vores kropsfunktioner.

"Man kan sige, at det er som forskellige sprog, der taler til forskellige dele i vores krop, til alle de forskellige biokemiske processer. Så hvis vi af en eller anden grund ikke kan optage en del af lyset, eller ikke "forstår sproget", så er der en del af kroppen, der mangler at blive stimuleret", forklarer Rikke.

Måske det kan udlignes og opvejes af andre faktorer som sund kost eller andet, men det rækker ikke ved, at der eksisterer en "mangel", og opstår der pres og stress i vores system, slår ubalancen igennem, og vi mangler mærkbart en komponent til vores helses helhedsbillede.

"Det er bredt anerkendt, at mennesker, der ikke udsætter sig for sollys, har større risiko for svage knogler, depression, hudproblematikker, vægtforøgelse, søvnproblematikker mm. Her har serotonin og vores evne til at danne D-vitamin efter eksponering af sollys stor indflydelse."

"Tag nu de mange, der lider af vintertræthed og depression. De har glæde af en dagslyslampe. Nogle mærker kun lidt bedring, andre slet intet. Dette kunne jo godt – i lyset af den forståelse, vi har indenfor AuriculoTerapi – hænge sammen med, at deres fotoperception ikke er fuldt funktionel", mener Rikke.

"Man kan sige, at det er som forskellige sprog, der taler til forskellige dele i vores krop. Så hvis vi af en eller anden grund ikke kan optage en del af lyset, eller ikke "forstår sproget", så er der en del af kroppen, der mangler at blive stimuleret"

"Så vi udsondrer altså lys – og vi optager lys – og begge dele er relevant når vi arbejder med farve, lys og frekvens behandling"

Fotoemission og fotoperception

Men hvad er foto-emission – og perception?

"Vi oplever det, når et par med god kontakt træder ind i et rum: Se, hvor hun lyser – se, hans øjne skinner, er de mon forelskede?" Vi har nemlig alle det, vi kunne kalde "et indre lys", og det er det, vi kalder foto-emission. Vi kender det fra planteriget. På linje med at planterne har brug for at optage lys for at kunne vokse (foto-syntese), har vi som mennesker brug for at modtage lys (foto-perception) for at fungere.

"Vi udsondrer altså lys – og vi optager lys – og begge dele er relevant, når vi arbejder med farve, lys og frekvens behandling. Ja begge dele er relevant for kroppens og dens helse gennem hele vores liv," opsummerer Rikke.

Traumer og terapiforhindringer

Apropos kroppens evne til selvhelbredelse: Hvad er det, der gør, at en person kommer sig let over en operation, mens en anden ikke gør?

Hvad er det, der gør, at nogen kan spise alt – og andre ikke kan?

Og hvad er det, der gør, at en person bliver ked af det, når hun ser en gul bil – mens andre slet ikke lægger mærke til den?

"Det handler alt sammen om traumer og låsninger i vores system", mener Rikke Godthjælp.

"Disse låsninger viser sig som terapiforhindringer i kroppen. Det er oplevelser, der på den ene eller anden måde har haft afgørende indflydelse på, hvordan vi tolker information i og omkring os. Oplevelser, der har sat spor og som gør at vores krop passer ekstra godt på os og derfor laver en blokering, så det ikke sker igen. Kroppen gør det i bedste mening, den vil passe på os, men det kan komme til at fungere modsat, og så skal terapiforhindringen behandles, så vi kan komme videre med vores liv."

Kroppen gør det i bedste mening, den vil passe på os, men det kan komme til at fungere modsat og så skal terapiforhindringen behandles, så vi kan komme videre med vores liv.



ChromoTerapi

er forløsning uden nåle



ChromoTerapi er ikke et nyt begreb, men en behandlingsform, der har været i dvale

ORDET CHROMOTERAPI DÆKKER over en bred vifte af behandlinger. Chromo kommer af græsk og betyder farve. Terapi er også af græsk afstamning og betyder at kurere eller at heale. Følgelig dækker ChromoTerapi over det at behandle med farver.

Det var i begyndelsen af dette århundrede, at en argentinsk smertelæge, Dr. Daniel Asis, begyndte at arbejde med AuriculoTerapi og AuriculoMedicin og skabte en kombinations-behandling, han kaldte ChromoTerapi.

Her kombinerede han farverne fra AuriculoMedicin, samtaleteknikken fra TFT – TankeFeltTerapi og punkterne i ørerne fra AuriculoTerapien – med briller med farvet glas! Målet var at finde en optimal og bivirkningsfri smerte-behandling.

Systemet er sidenhen blevet udviklet yderligere i samarbejde med Dr. Raquel Solvay. I dag benyttes ChromoTerapi – som altså er kombination af farver, TFT, samtale og akupunkturpunkter i ørerne – til at behandle både psykiske ubalancer og fysiske smerter. Metoderne kan anvendes sammen, eller hver for sig.

Ingen nåle involveret

Fordelen ved systemerne er, at der ikke nødvendigvis er nåle involveret.

“Som behandlere har vi indimellem brug for at undgå mikro-traumet ved penetrering af huden. Det er ikke alle, der bryder sig om nåle. Det kan være særligt sensitive, som kan opleve nålebehandling som for voldsom eller et decideret overgreb”.

Kræver færre fysiske kræfter

Andre fordele ved systemet er, at det kræver færre fysiske kræfter, når man arbejder manuelt, som zoneterapeuter og massører gør. ChromoTerapi benyttes også under samtaleterapi, som en åbning til at nå længere ind i psyken.

“Der sker dét, at vi med ChromoTerapien opløser båndet mellem det oplevede traume og fastholdelsen af følelsen til traumet. Ved at låse op for traumer og blokeringer i systemet kan vi på en blid måde komme tættere på roden til den udfordring klienten står med.

Masser af evidens

Mange mennesker har gennem tiden eksperimenteret med at behandle med lys og
Læs videre på næste side →



→ Fortsat fra forrige side

farver. En del systemer har farver indbygget i deres behandlinger, dog uden at skille det ud fra den helhed, det oprinder fra.

TCM – Traditionel Kinesisk Medicin benytter farver i forbindelse med kroppen, og en del behandlere benytter det at iagttager hvilke farver, vi klæder os i, til at stille en diagnose.

"Overalt i det terapeutiske rum, taler vi om farver. I Feng Shui, energi indretning, ser vi på hvilke farver, der benyttes i hjemmet, og i Indien har chakraernes farver

afgørende betydning, ja selv i vores kost, taler vi om at vi gerne skal have alle farver repræsenteret på vores tallerken."

En dansk Nobelprismodtager

Og skulle vi støde på en skeptiker, kan vi altid trække gode gamle Niels Finsen op af hatten, griner Rikke Godthjælp.

Niels Finsen var nemlig den dansk-færoske læge, der fik skabt Finsens Medicinske Institut i København og sidenhen fik en vej opkaldt efter sig, efter at han i 1903

modtog en Nobelpris for sine overbevisende resultater omkring behandling med lys.

Han satte første gang sit navn på verdenskortet, da han i 1895 behandlede sin første patient for Lupus Vulgaris med lys. Et af de mange beviser på, at lys har en indflydelse på vores krop og immunforsvar.

Sidenhen blev han anerkendt for at være ophavsmand til det, vi nu kender som strålebehandling, dengang radiobe-handling.

"NICE TO KNOW" OM FARVER

HVAD ER FARVER? En fysisk/teoretisk forståelse tager udgangspunkt i, at lys er elektromagnetisk stråling, der karakteriseres ved en "bølglængde". En psykologisk/kunstnerisk teori tager udgangspunkt i sanseloplevelsen af en farve.

To store tænkere var uenige om farvernes oprindelse og virke. Kunstneren Goethe var i opposition til fysikeren Newtons teoretiske farveteori. Et af verdenshistoriens mest kendte skænderier.

En genstands farve afhænger af to forhold: Dels af "bølglængde-fordelingen" for det lys, der rammer genstanden, dels af overfladens evne til at tilbagekaste de forskellige bølglængder.

Himlen har sin blå farve, fordi det "kortbølgede" blå lys spredes langt mere effektivt end det røde. Den samme effekt gør solnedgangen rød, fordi vi her netop ser det lys, der ikke når at blive spredt under den lange passage gennem atmosfæren.

Selvom et farveindtryk først opstår i bevidstheden, opleves farven som en iboende kvalitet ved den farvede genstand, vi kigger på.

Etablering af en bro mellem de to synsmåder forudsætter en forståelse af, hvordan de nerveimpulser, der skabes i øjets nethinde, bliver fortolket af hjernen.

BAKER-MILLER PINK

Denne farve fik sit navn efter et større empirisk studie, der fandt sted i USA, Washington, i 1979. Lægen Alexander Schauss fik lov at udføre sit studie i et fængsel og udskiftede den hvide farve på væggen i udvalgte områder med en særlig nuance af pink, som han havde observeret havde en stærk indflydelse på det endokrine system.

Forsøget viste sig at have en beroligende indflydelse på fangernes psyke og deres hormonesystem. Dette reflekterede sig i en lavere puls, en roligere hjerterytme og et roligere åndedræt samt et mere balanceret kredsløb. Farven havde en afstressende indflydelse, aggressionshæmmende og afslappende virkning. Farven blev opkaldt efter direktøren i fængslet og hedder nu Baker-Miller Pink.

Denne farve har for resten også en appetit-undertrykkende virkning.

VIL DU KØBE MIN SKOLE?

Den Danske
Zoneterapeutskole
søger partner med
henblik på fremtidig
overtagelse af skolen.



Da jeg, Skoleleder Lene Wulff Schmidt, inden for et par år, når pensionsalderen, søger jeg nu en kompagnon og eller partner, der i nærmeste fremtid har et ønske om at føre den velkonsoliderede skole videre.

Konstellationen af partnerskabet er ikke fastlagt og kan tilpasses efter ønske. I kan også være to som kan se perspektiver og potentiale i et fremtidigt makkerskab?

Den Danske Zoneterapeutskole er et APS-selskab, der har eksisteret siden 1985, først under ledelse af Zandra Willumsen og senest af mig, Lene Wulff Schmidt. Skolen har et velrenommeret og veletableret brand, som kan viderebygges og med de rette ressourcer og kreative tanker, ligger der et stort potentiale.

Succesen for Den Danske Zoneterapeut Skole har bundet i troværdighed, hjertelighed, humør og ikke mindst det terapeutiske aspekt. Som terapeut var jeg drevet af engagementet og nysgerrigheden i det enkelte menneske — det har jeg forsøgt overført til eleverne med et ønske om at vi møder vores klienter, der hvor de er.

Den menneskelige prioritering og daglige drift har fyldt så meget, at branding, forretningsudvikling og organisering ikke er det, der har været i højsædet og drevet skolens succes. Med de rette kompetencer og ressourcer ligger der derfor et stort udviklings- og vækstpotentiale i skolen, bla. på de sociale medier.

Mit ønske til dig er, at du er uddannet zoneterapeut, da det er kernen i forretningen, og så skal du kunne se dig selv arbejde sammen med mig. Hvis ikke I er to eller flere som ønsker at overtage det hele på én gang.

Pakken består af:

- Velrenommeret brand
- Inventar
- Lejemål i Herlev
- Overtagelse af elever, uddannelsesmateriale og omsætning (og forhåbentlig også DDZ's dygtige lærerstab)
- E-learningplatform - www.eschool.dk (med indtægter fra andre skolers elever i ana/fys og syg)
- Fleksibel overtagelse dog med et ønske om minimum 50% overtagelse med henblik på fuld overdragelse i løbet af et par år.
- Hovedindtægten kommer fra zoneterapeutuddannelsen

Hvis du har interesse for faget og for at drive en skole, så hører jeg meget gerne fra dig.
Alle spørgsmål er velkomne!

Du kan læse mere på www.ddz.dk/om-ddz-zoneterapeutuddannelse-og-kurser og du er mere end velkommen til at kontakte mig på 51 23 77 23.

Mange hilsner
Lene Schmidt, skoleleder



sæt X

Det er nu, du skal sætte et stort X i kalenderen

Vi skal feste – og vi skal lære. Vi skal have det sjovt og vi skal dele nogle fantastiske dage sammen. Tilmeld dig nu – lad os blive mange!

ZCT GENERALFORSAMLING 2022
FREDAG OG LØRDAG D. 4. OG 5. MARTS



GENERALFORSAMLINGEN AFHOLDES PÅ:
Scandic, Kokholm 2, 6000 Kolding

Og det er selvfølgelig verdens bedste grund til at du sætter et stort kryds i kalenderen!

EFTER TO ÅR, hvor vi kun har kunnet ses online, har vi nemlig planlagt noget helt særligt.

Generalforsamling 2022 kommer til at forløbe over to dage med foredrag, middag, overnatning, fest og samvær med dejlige kollegaer.

Programmet byder foruden generalforsamlingen på tre foredrag. Temaet kredser om emnerne Immunforsvar, børn og egenomsorg.

PROGRAM

Fredag

- 8.30-9.30** MORGENMAD
- 9.30-12.30** HOMØPAT CHARLOTTE YDE
- 12.30-13.30** FROKOST
- 13.30-16.30** JO LE- ROSE (WEBINAR)
- ca. 18.30** MIDDAG

Lørdag

- 8.00-9.00** MORGENMAD
- 9.00-12.00** GENERALFORSAMLING
- 12.00-13.00** FROKOST
- 13.00-16.00** ERNÆRINGSTERAPEUT OG ZONETERAPEUT
ANETTE GAMMELGAARD

RAB POINT

Deltager du **BEGGE DAGE** får du **10 point**

Deltager du **FREDAG** får du **7 point**

Deltager du **LØRDAG** får du **3 point**

(idet der ikke gives point for generalforsamling)

OM FOREDRAGSHOLDERNE:



Masteruddannet homøopat Charlotte Yde

CHARLOTTE AFSLUTTEDE I 2002 sin bachelorgrad i sundhedsfag og homøopati (BSc hom.) fra University of Westminster. Herudover har Charlotte afsluttet en Master uddannelse i homøopati fra University of Central Lancashire. Homøopater betragter ikke sundhed som fravær af sygdom. Behandlingen går ikke ud på at slå mikrober og bakterier ihjel eller behandle enkeltstående symptomer. Tværtimod stræbes efter at genoprette en tilstand af velvære og vitalitet, hvor interaktionen med omgivelserne er lige så vigtig som det, der foregår inden i det enkelte menneske.

Om functional food ved Anette Gammelgaard

ANETTE ER UDDANNET ernæringsterapeut og zoneterapeut ZCT (RAB-godkendt) og har praktiseret som behandler siden 1993. Anette er uddannet ernæringsterapeut fra Eva Lydeking og har ajourført sin uddannelse på Institut for Functional Medicine i USA. I mange år var Anette leder af Zoneterapiskolen Logos i Aarhus og er kendt som underviser i zoneterapi, ernæring, meridianlære og kinesisk filosofi. Især ved Anette om mikrobiomets enorme rolle for fysiologiske funktioner, og mange følger hendes inspirerende detox-retreats på Facebook sommer og vinter.



International underviser og forfatter, Jo Le-Rose

JO LE-ROSE HAR siden hun var ung interesseret sig for spiritualitet og sundhed og har i over 20 år arbejdet med personlig udvikling. Hun har studeret på Leeds Metropolitan University og arbejdet for den britiske sundhedsstyrelse med forskning i sundhed. Jo fungerer i dag som terapeut, coach og forfatter og har gennem en årrække holdt kurser i England, Australien, USA, Frankrig og Danmark. Jo Le-Rose er grundlægger af University of Consciousness, hendes arbejde tager udgangspunkt i at få den enkelte til at udvikle de uanede resurser, vi hver især fødes med.

TILMELDING

Ved tilmelding send mail til
Anette Hansen på admin@zct.dk

Oplys hvilken pakke (se boksen ved siden af) du ønsker at deltage i.

Du får oplysninger om betaling, når du tilmelder dig.

Husk oplysninger om evt. hensyn til kost. Ønsker du vegetarisk kost, glutenfri osv.

PRISER

PAKKE 1. BEGGE DAGE
inkl. foredrag, fuld forplejning*
m. overnatning: **2.625,-**

PAKKE 2. BEGGE DAGE
inkl. foredrag, fuld forplejning*
u. overnatning: **1.875,-**

PAKKE 3. FREDAG
inkl. Foredrag, fuld forplejning*
u. overnatning: **1.250,-**

PAKKE 4. LØRDAG
Generalforsamling, foredrag,
inkl. morgenmad, frokost, efter-
middagskaffe: **625,-**

PAKKE 5. LØRDAG
kun Generalforsamling. **Gratis**

Elever i ZCT er også velkommen,
dog uden stemmeret til general-
forsamlingen

*eks drikkevarer til middagen fredag aften



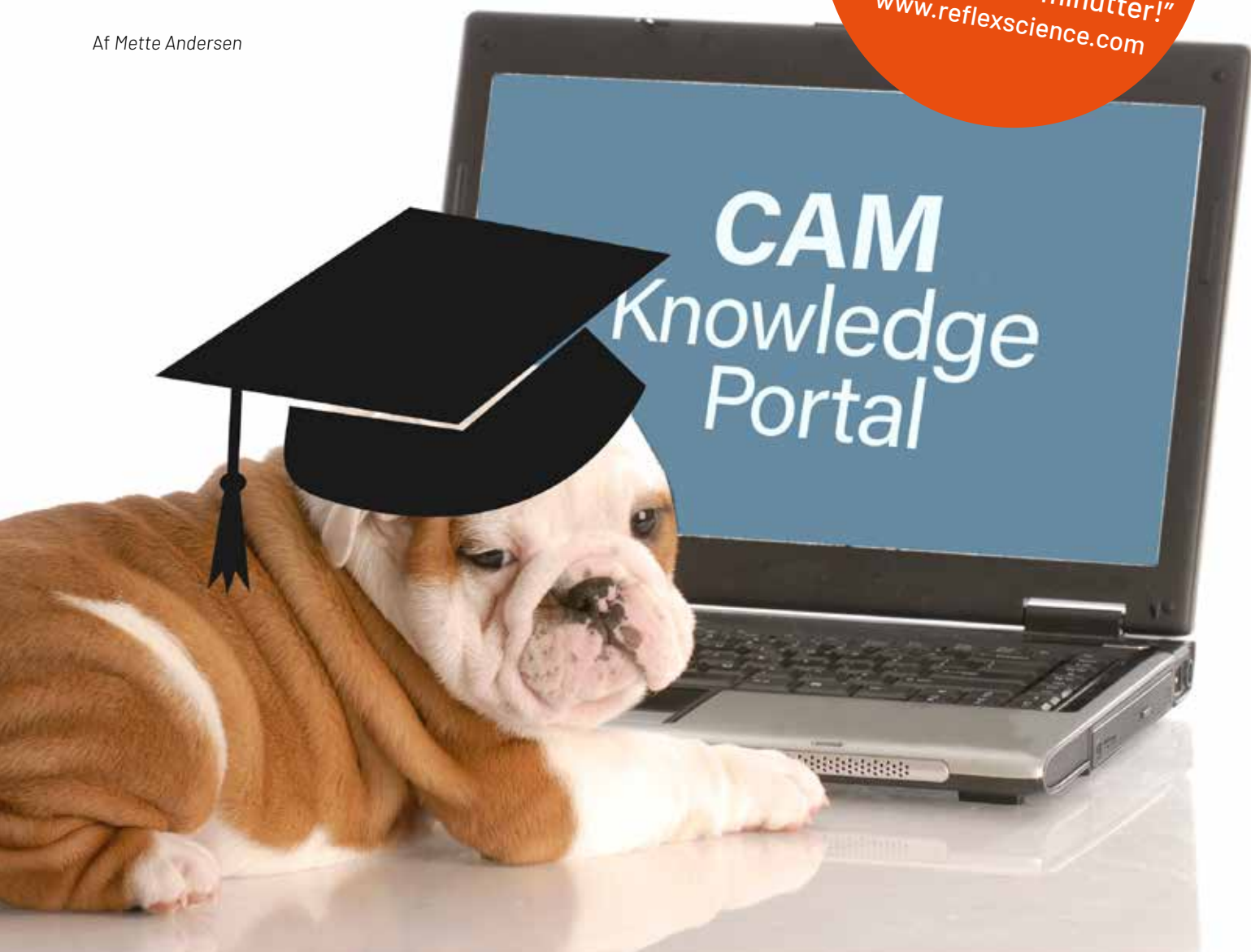
ZCT-MEDLEM

– det er nu, du skal være med til at skrive historie

Som faggruppe vil vi stå langt stærkere i sundhedsdebatten, hvis flere dokumenterer resultater efter videnskabelige standarder.

Af Mette Andersen

"Over 100 behandlere fra hele verden har udfyldt spørgeskema som led i udvikling af en webplatform. Det tager fem minutter!"
www.reflexscience.com





TO CASE-STUDIER FRA Den Danske Zoneterapeutske i Herlev har de seneste halvandet år været præsenteret på to globale konferencer.

Den ene en international conference for zoneterapeuter i Alaska, hvor Leila Eriksen og ZCT's formand, Anette Hansen, fremlagde resultaterne af en undersøgelse af zoneterapis anvendelse i forhold til fibromyalgi. Den anden et studie, der i foråret 2021 blev sat i værk af studerende, der tilbød zoneterapi til personer ramt af senfølger efter Covid-19. Med forbløffende resultat.

Har du ikke læst om dine kollegers resultater, så gør det nu - og bliv stolt: Blad 3-2021 - på ZCT's intranet. Søg under medlemsblad.

Evidens og dokumentation

Når snakken går om forskning i zoneterapi er Leila Eriksen i sit es. Det er hendes livsprojekt. I 2017 præsenterede hun på et Europæisk møde, RiEN Reflexology in Europe Network AGM, i Amsterdam, sin idé til en 10-års plan vedrørende forskning i zoneterapi. Siden har hun forsøgt at få danske kolleger til at dokumentere deres resultater. Målet er at skabe "empirisk evidens" for komplementær behandling (CAM = Complementary and Alternative Medicine).

“Det er så afgørende vigtigt, at vi alternative og komplementære behandlere samarbejder på kryds og tværs af landegrænser, lærer af hinanden og sparrer med hinanden.”

På kryds og tværs af landegrænser

Leila Eriksen plejer at præsentere projektets nødvendighed med ordene:

“Det er afgørende, at vi alternative og komplementære behandlere samarbejder på kryds og tværs af landegrænse, lærer af hinanden og sparrer med hinanden. Vores indsats har betydning for millioner over hele verden og der findes masser af dokumentation, der venter på at blive præsenteret”.

Og når hun skruer bissen på, kan det også lyde sådan her:

“Det er ikke kun politikernes, WHO, Sundhedsstyrelsen og lægerenes skyld, at der ikke forskes mere i alternativ behandling. Det er hårdt benarbejde at få skabt de rette betingelser, gøre sig umage med at få netværk og forstå, hvad der skal til. Men samtidig enormt inspirerende. Vi har alt at vinde, intet at tabe. Internationalt netværk er vejen frem for den anerkendelse, vi fortjener!!”

SÅDAN KAN DU BIDRAGE NU OG HER!

Gå ind på adressen:

www.reflexscience.com

udfyld spørgeskema (tager 5 minutter. Du kan fint skrive på dansk). Det har over 100 behandlerkolleger fra hele verden gjort. Det er disse data, der skal anvendes som grundlag for at komme videre med udvikling af web-plattformen, CAM Knowledge Portal.

Du kan følge processen på

www.facebook.com/camknowledgeportal

Covid-19 studie fra Herlev nåede hele vejen

Som beskrevet i seneste blad - var der på udgivelsestidspunktet udsigt til, at et elevprojekt, der gik på at lindre gener for Corona-senfølgeramte, ville blive omtalt for forskere fra hele verden på The ECIM, European Conference of Integrative Medicine. www.ecimcongress.com

Og det blev det. Leila Eriksen nævnte projektet i et såkaldt "poster-indlæg" som eksempel på resultater, den komplementære branche kan levere - men sjældent bliver anerkendt for.

Fordi resultaterne ikke bliver dokumenteret på "forsker-sprog".

Det er den udfordring Leila og den nye CAM knowledge portal søger at løse.

Ugen før konferencen i London, var Leila Eriksen inviteret til at holde tale på Global Health and Welfare Forum Congress i Taiwann. På grund af corona foregik også denne konference online - taiwanesisk tid - med Leila i Vallensbæk bag sin computerskærm.

Også her omtales Covid-19 studiet fra Herlev.



Zoneconnection nr. 3 2021



Med det seneste Covid-19 studie fra DDZ håber Leila at have bevist, at “verden” er klar til at lytte til dygtige behandlere! Og ikke mindst, at behandlere over hele verden er klar til at stå sammen om at blive anerkendt!

Undervisning – men få projekter

Visionen har fået flere skoler til at indføre undervisning i pilotstudier efter videnskabelige standarder, blandet andet templet MyMOP (Measure Yourself Medical Outcome Profile).

De danske skoler er endnu ikke faldet over hinanden for at byde. Hvilket dog ikke har stoppet ildsjælen Leila. Hun har en vision. Og med det seneste Covid-19 studie, der blev gjort tilgængeligt på forskerkonferencer i Storbritanien og Taiwan, håber hun at have bevist, at “verden” er klar til at lytte til dygtige behandlere! Og ikke mindst, at behandlere over hele verden er klar til at stå sammen om at blive anerkendt!

En stærk kreds af støtter

Der har siden 2019 fundet adskillige møder, zoom-konferencer og mailudvekslinger sted mellem interessenter og engagerede i projektet, og Leila Eriksen kan anno 2021 – 4-5 år inde i hendes 10 års plan – præsentere portalen som:

“Et initiativ der foregår i samarbejde med paraplyorganisationerne i Danmark (RABforum, Sundhedsrådet og LNS) de skandinaviske zoneterapiorganisationer (NRN), den Europæiske zoneterapiorganisation (RiEN) og verdensorganisationen for zoneterapeuter (ICR).”

Udvikling i gang

Også udenfor zoneterapi-kredse er der



Her har CAM knowlegde Portal været præsenteret:

- ICCMR-forskningskonferencen i Brisbane, Australien maj 2019 (Case Report)
- ICR-konferencen i Alaska, september 2019 (Guidelines til Case Report)
- NRN Nordics Reflexology Network årlige møde generalforsamling, vært Finland, 2021
- RiEN Reflexology in Europe Network Zoneterapi i Europa netværkskonference konference, Paris. 2021
- ICR International Council of Reflexology verdenskongres, Berlin. 2021
- Global Health and Welfare Forum Congres, Taiwann oktober 2021
- The ECIM European Conference in Integrative Medicine, London November 2021

Hvad er MyMOP?

MyMOP består af enkle spørgeskemaer hvor klienten udfylder en A4-side ved første konsultation. Tilsvarende follow up skema udfyldes efter x antal konsultationer. Eks. som anvendt på DDZ skolen i Herlev. Her har zoneterapistuderende i deres uddannelsesforløb hver behandlet 4 klienter, 1 gang om ugen i 4 uger. Resultatet er nemt at sætte op i en graf, hvorved et klart billede tegner sig.

Resultat kan beskrives i en abstrakt, og dermed nemt læses og inspirere til faglig udvikling. MyMoP har været anvendt i en række zoneterapistudier. Blandt andet et yderst spændende forskningsprojekt hvor kvinder med Lymfodema efter brystkræft er be-

handlet med forbløffende resultater (Sally Kay, UK). Publiceret i videnskabelige tidsskrifter.

MyMOP er oversat til en lang række sprog. Leila har oversat til dansk, og du kan finde begge skemaer på ZCT-intranet.

Hvad er en Case Report?

I 1981 var en seriøs beskrevet Case Report med til at opdage et nyt syndrom, som vi i dag kender som AIDS. Længe før det var Sigmund Freuds brug af Case Report medvirkende til begyndelsen af psykoanalyser. Case Reports kan medvirke til at finde nye sundhedsfremmende indsatser, hvis de følger etik, professionelle systematiserede

guidelines og bliver tilgængelige i offentlige databaser. I Danmark og rundt om i verden skriver zoneterapeut studerende Case Reports.

FIND TEMPLATE: Template og guidelines til at forfatte Case Reports kan du finde på ZCT's intranet www.zct.dk og på www.leilaeriksen.dk

Hvad er et abstract?

Et abstract er et resume. En kort sammenfatning af en Case Report, et pilotprojekt, forskningsprojekt, forsk-

CASE STUDY



skabt ørenlyd. Leila Eriksen har indgået samarbejde med en hollandsk it-specialist, der arbejder med global sundhedsdokumentation. Han blev tændt på den danske idé og vil gerne programmere databasen.

Endnu foregår al udvikling og research på frivillig basis. Der skal findes investorer for at få den programmeret.

For hver gang det lykkes at få projektet omtalt på anerkendte symposier og konferencer rykker målet imidlertid tættere på.

Målet med CAM Knowledge Portal er at den skal rumme dokumentation for behandlingsresultater fra den komplementære verden.



Leila



Justus

Arbejdet med CAM Knowledge Portal drives lige nu på frivillig basis af Leila Eriksen, som det seneste år har haft support af hollandske Justus Pieke.

Her kan du følge med:

Udvikling af CAM Knowledge Portal

www.reflexscience.com

www.facebook.com/camknowledgeportal

www.carecam.dk

www.leilaeriksen.dk

Internationale Zoneterapiorganisatoner

www.reflexology-europe.org

www.icr-reflexology.org

Forskningsinstitutioner

www.nafkam.no

www.integrativecare.se

www.iscmr.org

www.icimh.org

www.nih.gov

Forskningsartikler

www.pubmed.gov

www.sciencedirect.com

www.cochrainelibrary.com

Case Report/MyMOP

www.swihm.com

www.bris.ac.uk

www.reflexscience.com

ningsartikel, afhandling eller anden gennemgang af et bestemt emne.

- det er en sammenfatning af en opgaves formål. Kort overskrift, baggrund, aktuel information, metode, resultat, hovedpunkter, konklusion og perspektivering.
- kan være på dansk eller engelsk.
- er kortfattet, fylder ofte ikke mere end en side (ex.300 ord).
- indeholder tekstidentifikation (opgavens titel, forfatter, udgivelsesinstitution og årstal) som service til læseren.
- Det er vigtigt at tænke over keywords, der bedst dækker det beskrevne, så det nemt kan findes i en database

Hvad kan jeg bruge en abstract til?

Abstract anvendes altid i begyndelsen af en forskningspublikation. Søger man efter forskningsartikler på ex. www.pubmed.gov eller www.sciencedirect.com vil man ved at læse et abstract hurtigt kunne danne sig et indtryk af publikationen. Og dermed finde det man søger. Nogle artikler er gratis andre må man betale for. Vær også her obs. på keywords til din søgning.

Kan jeg anvende MyMOP i min egen klinik?

Ja. Mange, der ønsker at lave små studier, vælger at lave egne spørgeskemaer. Det smarte er at anvende My-

MOP, som er en respekteret reference i forskningssammenhænge, mens et hjemmekreeret skema ikke vægter lige så højt.

Hvad med NAFKAM?

Forskere tilknyttet universitet i Tromsø www.nafkam.no der har et register for ekseptionel sygdomsforløb. Gennem en årrække har zoneterapiorganisatoner fra Danmark, Norge, Sverige og England samarbejdet med NAFKAM og Vinjar Fønnebø, der blandt andet har været tilknyttet WHO.



CASE STUDY

PEER REVIEWED DANSKE ABSTRACTS OM ZONETERAPI



Peer-reviewed betyder en faglig bedømmelse af forskere/fagfolk.

Leila Eriksen har gennem årene stået bag følgende 8 abstracts, der har været peer-reviewed for presentation på internationale forsker kongresser

1. CAM Knowledge Portal
– Creating empirical evidence
www.reflexscience.com,
London 2021
2. Reflexology Opportunities
and Challenges in Denmark
and Worldwide,
Taiwan, 2021
3. Case Reports
– Pathways and Partnership
for Better Health,
Australien 2019
4. Reflexology in Europe and wor-
ldwide – Research and Clinical
Practice,
Las Vegas, US 2016
5. Experiences and wishes
from Danish cancer children
and their families regarding CAM",
Portland, US 2012
6. Reflexology clients in Denmark,
Chengdu, China 2011
7. Reflexology clients in Sweden",
Chengdu, China 2011
8. A knowledge-based focus
on patients with migraine
– Acupuncture & Reflexology"
Tromsø, Norway 2010



DER LYTTES FØRST, NÅR DET VIDENSKABELIGE FORMAT ER PÅ PLADS

Det er svært for udenforstå-
ende at finde evidens, når det
gælder komplementære be-
handlers arbejde. Der er for
lidt af det, og det ligger ikke
altid i de rigtige databaser, hvor
journalister, læger og forskere
kan finde det.

Nogle af de værktøjer, der
kan anvendes af behandlere
til at systematisere resulta-
ter og bringe dem i retning
af videnskabelig evidens, er
case reports beskrevet ud fra
anbefalede guidelines, samt
anvendelse af validerede spør-
skemaer som **MyMOP** (Mesure
yourself Medical Profile) og **VAS**
Scale (Visuel Analog Scale).

18.000 FORSKNINGSARTIKLER PÅ PUBMED.COM

Der er lavet en hel del forskning indenfor zoneterapi og
alternativ behandling, der er nemt at finde – hvis du ved
hvor og hvordan du skal lede. Skriver du "reflexology"
dukker der på www.pubmed.gov 18.229 artikler op.

Søgeordet "Foot reflexology" 810 "zoneterapi" 9, sonte-
rapi 4. På www.sciendirect.com dukker 2.506 publika-
tioner på "reflexology" op. På www.cochranlibrary.com
dukker 11 publikationer op.

Du er velkommen til at ringe til Leila på (+45) 26 18 95 90
Eller sende en mail til leilaeriksen@hotmail.com

Vil du vide mere om Solaray kosttilskud?

**NATUR ENERGI TILBYDER ONLINE UNDERVISNING
TIL BEHANDLERE, SOM ØNSKER AT HOLDE SIG OPDATERET
OM SOLARAYS POPULÆRE PRODUKTER**

Siden 1991 har Natur Energi været leverandør af Solaray produkter til hele Danmark. Gennem årene har vi samlet en omfattende og unik viden - ikke kun om de enkelte produkter, men i lige så høj grad om fordelene overordnet set ved kosttilskud - om hvordan de bedst udnyttes og kombineres. Denne viden deler vi gerne med dig.

Med en overbevisning om, at naturens styrke er dit forsvar, har vi skabt en undervisningsplatform, som er målrettet dig, der arbejder med at rådgive dine klienter om

kosttilskud. Vores eksperter står klar til at dele ud af deres viden, og vi vil løbende tilbyde onlineseminarer, som du gratis kan deltage i.

Foruden kurser kan du også finde anden nyttig information om Solaray. Du kan bladre i vores produktkatalog og tilmelde dig nyhedsbrev.

Tilmeld dig vores online undervisning på www.solaray-undervisning.dk - så er du sikker på at få information om vores undervisningsprogram.




NATUR ENERGI
LIVSKVALITET MED OMTANKE



DET BLOD SKAL BARE HAVE DET GODT!

Så har Claus nyt til os! Og det er ikke så lidt, Zoneconnections videbegærlige klummeskribent har på hjertet. Nøgleord er blodkvalitet og behandling heraf – ikke mindst hos vaccinerede klienter og dem der har haft Covid-19.

Af: Claus Sørensen,

Akupunktør og Kinesisk Urteterapeut/Dragon Rises Denmark/www.dragonrises.dk. Faglig ansvarlig på Nordisk Akupunkturuddannelse/www.noakud.dk.

SIDEN SIDST HAR jeg bestået eksamen på Sharon Weizenbaums 'Graduate Mentorship Programme' - en amerikansk urteuddannelse, som varede 3 år i de klassiske urteopskrifter fra Zhang Zhong Jing's Shang Han Lun og Jin Gue Yao Lue - 1800 år gamle tekster fra Han dynastiet, som kort fortalt er behandlingsmanualer for de principper, der er nedfældet og beskrevet i den Gule Kejsers Klassiker - Huang Di Nei Jing.

Jeg har lært så meget - og også genlært ting på et helt nyt niveau til glæde for min praksis og mit eget begær for at vide og kunne håndtere komplekse diagnoser.

Fantastisk rejse, hvor jeg har fået udfordret det, jeg kunne før og sat min viden og kunnen niveauer op.

Crappy Blood

En af de ting jeg har fået belyst yderligere til stor gavn for mine klienter har været begrebet 'crappy blood' - på dansk noget i retning af 'dårligt blod'. Det er en tilstand, hvor vores blod har en forøget viskositet, det vil sige, at det er for tyktflydende.

"Tykt blod" i vestlig medicin er - værd at bemærke - ikke det samme, men derimod en hospitalskrævende tilstand. Der er

imidlertid mange begreber i kinesisk medicin, hvor vi bruger samme ord som i vestlig medicin, men hvor vi mener noget andet.

Sværere at skubbe rundt...

Vi kan næsten med det samme forstå, at det ikke er godt med fortykket blod - det er sværere at skubbe rundt i vores vaskulære system, ja det vil sige ... det kan godt flyde i de store kar, men når det kommer ud i kapillærnettet bliver det problematisk. Tænk på, at det er nemmere for vand at løbe gennem et rørsystem i forhold til sirup.

Vi taler altså om forøget viskositet. I det



puls system, jeg bruger og underviser i, i DK og udlandet, har vi også begrebet Tykt Blod, så jeg var bekendt med ideen, inden jeg fik den præsenteret på urteuddannelsen.

"Lilla-testen"

Der er to overordnede årsager set med kinesisk medicinske briller hertil, den ene er at stagnations varme koger blodet ind og forøger tykkelsen – ligesom man koger fond ind. Den anden er, at kroppens evne til at absorbere væsker ind i blodet er nedsat. Og nogle gange er det begge dele.

En ting er, at det kan tilgås via pulslagnose (kræver lidt træning....). Men der er heldigvis andre måder. Og noget som er ganske objektivt er tungediagnose. Her laver jeg altid et "lilla-tjek".

Billeder af tunger

Jeg tager altid billeder af over- og underside af tungen og gemmer fra gang til gang i den elektroniske journal. Jeg tager billederne med blitz, som desværre giver de fleste tunger samme farve i journalen. Så efter de to billeder tjekker jeg igen – og her kigger jeg kun efter et lilla skær, lavedel skær på tungen. Er tungen lilla siger vi i tungediagnosen, at der er blodstase.

Men hvilke form for stase er det? Og er der en placering? Hvis der er hævede udspilede vener på undersiden siger vi også blodstase – og denne blodstase har

Blodets funktion i kinesisk medicin er at nære, smøre/fugte og være bolig for vores Shen/Sjæl. Det skal samtidig være i stand til at rumme varme/Minister Ild, så det kan holde sig flydende. Så super vigtige aspekter for vores fysiologi.

en lokation et eller andet sted i vores organisme. Men den lilla tunge fortæller ikke om placering, men om et systemisk problem med vores blod – nemlig at blodet er fortykket i en eller anden udstrækning.

Supervigtigt for vores helbred

Blodets funktion i kinesisk medicin er at nære, smøre/fugte og være bolig for vores Shen/Sjæl. Det skal samtidig være i stand til at rumme varme/Minister Ild, så det kan holde sig flydende. Så super vigtige aspekter for vores fysiologi. Det blod skal bare have det godt.

Gennem den seneste periode med Corona har jeg aldrig set så mange lilla tunger som nu. Det er specielt dem, der valgt at modtage vaccine eller haft Corona, der præsenterer med lilla tunge.

Cupping over hele ryggen

Det, der indtil nu har vist sig ganske effektivt til at fjerne det lilla skær, har været glidende cupping på hele ryggen. Her fremkalder vi et tydeligt 'sha', hvor

der kommer en blødning under huden. Denne blødning sker jo ikke i de store kar, men i de helt små kapillærer, og når vi gør det på så stor en flade som hele ryggen, så har det en systemisk effekt på blodet. Interessant nok har forskning vist at dette 'sha' også har en antiinflammatorisk effekt – man kan simpelthen måle opregulering af Hæm Oxygenase 1.

Urter til væskemetaabolismen

Kinesisk urtetterapi er også effektivt til at bedre vores 'kinesiske' blodkvalitet, men det er ikke så tilgængeligt som f.eks. cupping. Til gengæld kan urter være det, der skal til for at vi kan bedre vores væskemetaabolisme. Mange oplever f.eks. at skulle tisse kort tid efter at have drukket vand, og det kan dræne kroppen for salte og elektrolytter. Det kan for megen sveden også.

Andre oplever, at væsker ikke opholder sig det rigtige sted, men udmønter sig i f.eks. ødemer. Den samlede væskemetaabolisme skal altså tilgodeses, ellers er det svært over tid at få mere optimalt blod.

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

HVAD SLÅR VIRUS IHJEL?

- **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.

PROFESSIONELLE HÆNDER

At have ”professionelle hænder” handler om at kopiere den tilgang, vuggestuepædagoger, læger og kokke har til hygiejne og deres hænder – og tage den med ind i den alternative klinik.

SKAB TRYGHED I KLINIKKEN

Sådan skaber du et professionelt niveau af hygiejne – uden at ”klamre dig til klorinflasken”

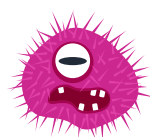
HVERT TREDJE ZCT-MEDLEM gennemførte sidste vinter et 4 timers onlinekursus i hygiejne efter protokoller fra fødevarerbranchen. Det betyder, at mange af jer både i praksis og på papiret kan tilbyde jeres klienter et professionelt niveau af hygiejne i klinikken.

Det kan være med til at skabe tryghed både hos jer selv og hos klienterne.

Undervisningen stod professionsbachelor i Ernæring og Sundhed, Michelle Rahbek for på Zoom.

Her et lille sammendrag af nyttige indsigter. Hele temaet kan genlæses i ZoneConnection nr. 2, 2021





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

HYGIEJNE = SUNDHED

- Hygiejne stammer fra det græske ord *hygieinos*, der kommer fra gudinden Hygieia, 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

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

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 vil 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 de 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.

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 ren

BLIV KLOGERE PÅ MICHELLES TO HJEMMESIDER

Madformidling.dk
Formidler mad og måltider i øjenhøjde gennem undervisning, foredrag og workshops

Hygiejneformidling.dk
Information, vejledning og kurser om hygiejne i en corona-tid

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 kursuskordinator Tove Lykkegaard, som kan kontaktes på tlf. 75 85 74 00.



Pharma Nord



**Pharma Nord
ACADEMY**

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

Ví brænder for den antroposofiske homøopati



ØREAKUPUNKTUR UDDANNELSE

VI SKABER KOMPETENTE TERAPEUTER

Berettiger til RAB-godkendelse

AURICULOTERAPI
CHROMOTERAPI
POSTUROLOGI



SE MERE PÅ [GODTHJÆLP.DK](https://godthjaelp.dk)



GODTHJÆLP
INSTITUTE

THE ART OF BALANCING THE BODY