



Eklöfs örtutbildning

En komplementärmedicins utbildning i tiden! Örtterapeut årskurs 2

Även det andra läsåret bygger på ett **integrativt medicinskt** synsätt. Syftet med utbildningens andra år är att utbilda **örtterapeuter** som med god kunskap skall kunna ge väl motiverade och underbyggda råd.

Råd om hur man kan stödja kroppen vid svaghet och problem. Ett sunt förnuft och ett skärpt örtintellekt är eftersträvansvärt. Förutom fördjupning i fysiologi och fytokemi sker under detta år en sammanlänkning av erhållna kunskaper. Därigenom får eleven förståelse för vilka symtombilder som kan uppstå vid ohälsa och kunskap om vilka läkeörter som bör brukas vid dessa tillfällen. Första årets örtkunskaper utvidgas med insikter i hur vi terapeutiskt kan använda de aktiva ämnen som finns i våra läkeväxter. Dessutom ingår en grundkurs i botanik och orientering i andra närliggande terapier, med utgångspunkt i växtmedicin. Eftersom eleverna under utbildningens senare del får genomföra örtkonsultationer under handledning är klasserna något mindre än i årskurs 1.

Min förhoppning är att det andra utbildningsåret skall leda till att de tidigare sådda kunskapsfröna rotar sig ordentligt och bär frukt till glädje för eleven och för dem som söker efter ett gott komplement för hälsan, sprunget ur det **gröna apoteket**.

För utbildningsplan, anmälan och prisinfo
www.inspira.cc frågor: info@inspira.cc
Eller ring Inspira 08-34 54 23

Februari *Seminarium 1*

Orsak och verkan del 1

Hur och på vilket sätt kan vi stödja kroppen med det gröna apoteket? Utbildningen tar sin början i ett resonemang om komplementärmedicin. Hur och på vilket sätt kan vi stödja kroppen med det gröna apoteket? Vad är dess styrka, vad är dess begränsning? **Grundfysiologi** med focus på magen, levern, bukspottskörteln och njurarnas funktion. Med komplementärmedicinsk inriktning och med den ständiga frågan, hur kommer det sig, fortsätter vi under detta seminarium att gå igenom viktiga organsystem. Vi tittar på symptombilder och lämpliga behandlingar.

Mars *Seminarium 2*

Orsak och verkan del 2

Under detta seminarium avslutar vi grundfysiologin samt orsak, verkan och behandling. Vi sammanfattar och ger utrymme för frågor och resonemang.

April *Seminarium 3*

Tentamen

Vi börjar dagen med en pedagogisk skrivning på grundfysiologi, symtom och kurer. För att mura in kunskapen i kunskapsbanken går vi direkt efter skrivningen igenom den.

Det terapeutiska samtalet

Hur förbereder man och hur lägger man upp en konsultation?

Vi går igenom hur man på bästa sätt kan skapa förutsättningar för ett givande möte vid konsultationstillfällen. Genom intressanta övningar får du träna på det terapeutiska samtalet.

Våra läkeväxter

I det gröna apoteket ingår även kunskapen om hur vi på bästa sätt kan ta nytta av växtens blad och blommor. Vilka aktiva ämnen som där finns representerade och hur de kan stödja kroppen olika funktioner. Vi berger oss till Karlbergsparken, som ligger nära Inspira, för att där närmare bekantar oss med några av de vackra, värdiga och terapeutiskt värdefulla växter som växer där.

Maj *Seminarium 4*

Grundbotanik à la Linné.

För att du efter utbildningens slut skall kunna fortsätta din kunskapsvandring bland våra läkeväxter och växter bjuds du här på ett givande seminarium i botanikens grunder.

Du får både i teori och praktik lära dig hur man botaniskt delar in växterna i familjer, arter och släkten. Hur benämns växtens olika delar? Hur sker pollinering? Hur kan ett litet frö bli till ett jätte träd? Dessa frågor och många därtill får du svar på under denna givande helg. Låt dig fascineras av naturens smartnes, överlevnad, skönhet och mångfald.

Juni Seminarium 5

Terapeutiskt tänkande

Under höstterminen kommer du som elev att genomföra en egen örtkonsultation under handledning. För att förbereda detta tränar vi under detta seminarium på att ge varandra konsultationer. Vi övar oss i att se symptom, att spåra orsak samt att ge lämpliga behandlings råd. Övning ger, som vi vet, färdighet.

Att leda en örtvandring

Att kunna sina örter än en sak. Att på ett intressant och trevligt vis genomföra en aktivitet som exempelvis en örtvandring är en annan sak. Hur gör man, vad skall man tänka på, hur mycket skall man berätta. Det och mycket annat går vi igenom under denna dag som avslutas med att du tillsammans med dina klasskamrater förbereder och genomför en örtvandring.

Augusti Seminarium 6

Studiebesök i Bergianska trädgården

Vi besöker denna anrika trädgård som ligger i Frescati nära Brunnsviken i norra Stockholm. Bergianska trädgårdens historia går tillbaka till 1700-talet då dess föregångare låg i nuvarande Vasastaden. Den nya trädgården i Frescati grundades 1885.

Vid vårt besök riktar vi främst in oss på trädgårdens örtkvarter för att där utvidga våra kunskaper om en mängd, för oss nya örter. I Bergianska trädgården kommer vi också att träffa på många av de läketräd, du tidigare fått kunskap om. Därför blir det här ett trevligt litet trädförhör som genomförs i det fria på plats och ställe.

Ayurvedisk läkekonst

En intressant och kunskapsvidgande heldag med med Peter Ljungberg Ayurvedisk läkare sedan över 20 år. Under dagen går Peter igenom de grundläggande tankarna som finns bakom denna över 1000 åriga Indiska läkekonst. Du får bland annat höra om de olika karaktärsdragen hos de tre *doshorna* som spelar stor roll vid val av behandling med Ayurvedisk medicin. Peter är känd föreläsare inom sitt område och kom 2006 ut med boken *Ayurveda för kropp och själ* på förlaget Natur och Kultur.

September Seminarium 7

Grundläggande kurs i zonterapi. Under detta seminarium får du i teori och praktik lära dig grunderna i zonterapi. Denna gamla och mycket användbara behandlingsform kompletterar fint dina örtterapeutiska kunskaper. Syftet med denna kurs är att du skall ha en god inblick i tekniken och kunna de viktigaste reflexzonerna under foten. Vid en örtkonsultation kan det, avslutningsvis, vara av stort värde att via zonterapi, kunna diagnostisera. Därmed förstärker man ofta de slutsatser som redan framkommit under konsultationen.

Oktober Seminarium 8

Grundkurs i Dr. Bachs Blomsterterapi

Som örterapeut är det värdefullt att i vissa situationer inte enbart ge råd rörande den fysiska hälsan, utan även kunna ge stöd för den själsliga. Ett värdefullt hjälpmedel i dessa sammanhang är Dr. Bachs blomstermedel. Dessa medel kallas ibland "själens vitaminer" på grund av din förmåga att kunna balansera känslor och återställa inre harmoni.

Kursledare under detta seminarium är Jirina Göransson, diplomerad aroma- och blomsterterapeut, författare till boken "Blommornas helande energier" Med sin stora erfarenhet och kunskap kommer Jirina bl.a. lära dig hur dropparna används samt ge en mängd spännande fallbeskrivningar, vilket underlättar förståelsen av blomessenserna.

November Seminarium 9

Summering och frågestund. Hur lyckades du med konsultationen? Detta sista seminarium ägnar vi åt att gå igenom de konsultationer som gjorts under hösten.

Hur gick det? Genom att redovisa vad som hänt med de personers hälsa, som fått en elevkonsultation, blir vi alla berikade med erfarenheter och mer kunskaper. Här blir det också tillfälle att ställa alla de frågor som du inte ännu har ställt. Ett mycket givande seminarium som knyter till örtasäcken för detta år.

Söndagen ägnar vi åt ... Dessutom blir det avslutning samt diplomering av de nybakade örterapeuterna.