

ניוזלטר הקליניקה ההוליסטית – אביבית פולק



ניוזלטר ינואר 2011

אביבית פולק

רפלקסולוגית בכירה ומעסה מוסמכת

עוסקת מזה 6 שנים ברפואה משלימה. מתמחה בטיפול באנשים שסובלים ממצבי לחץ, מתח, חרדה, סטרס מתמשך בהיבט הפיזי והנפשי

החודש בניוזלטר הקליניקה ההוליסטית

הפעם רצייתי לספר לכם קצת על עיקרון הרפלקסולוגיה – מהי בעצם הרפלקסולוגיה ומדוע היא נחשבת לשיטת טיפול אלטרנטיבית מהאפקטיביות ביותר בתחום.

בפינה האישית נדבר הפעם על סיפור הצלחה: מקרה אמיתי מהקליניקה – מטיפול מזדמן לריפוי ושחרור משמעותי.

טיפ לימים הקרים: כך נחזק את מערכת החיסון שלנו, כדי שנוכל להתמודד טוב יותר עם מחלות החורף ובראשן השפעת.

טיפים בנושא שמנים אתריים והפעם המרגיע הלאומי – לבנדר וקמומיל. פנקו את עצמכם!

תוכן עניינים

עקרונות הרפלקסולוגיה	עמוד 2
סיפור הצלחה	עמוד 2
טיפים שימושיים	עמוד 3
קופון הנחה	עמוד 3

ליצירת קשר

טלפון: 054-2118513

שעות פעילות:

א'-ה' 09:00 – 18:00

ו' 09:00 – 13:00

דוא"ל info@avivitcare.com

אתר: www.avivitcare.com

קופון הנחה

לכל מהדורה של הניוזלטר יצורף שובר המקנה הנחה או הטבה בקליניקה ההוליסטית

למהדורה זו מצורף קופון הנחה מיוחד המקנה הנחה בגובה של 30% - כדי שתוכלו להינות מטיפול טוב ואיכותי במחיר משתלם, במיוחד ללקוחות האהובים בקליניקה.

הקופון לשימושכם מופיע בעמוד האחרון של הניוזלטר.

מעוניין/ת לקבל איבחון כף הרגל + טיפול רפלקסולוגי?

ובכן, אתם מוזמנים,

כל שעליכם לעשות הוא לקבוע עם הקליניקה ההוליסטית פגישת איבחון + טיפול ולהרגיש מצויין לאחר כל טיפול, אפשר להדפיס את השובר למטה ולקבל הנחה.

אשמח לראותכם בקרוב,
אביבית פולק



עקרונות הרפלקסולוגיה

כמה פעמים שמעתם כבר את המשפט הידוע "כאשר הרגליים כואבות, כואב בכל הגוף"? האם אמירה זו רומזת כי יש אמת בשיטת טיפול זו?

משמעות השם רפלקסולוגיה הנה מהמילה השתקפות, כלומר, על פי שיטה זו משתקפים איברי הגוף בכף הרגל כמראה.

הרפלקסולוגיה מבוססת על העיקרון לפיו נקודות מסוימות ברגליים מתייחסות לאיברים ובלוטות הגוף.

עיסוי נקודות אלו גורם לתגובה של הגוף, תגובה זו היא למעשה **התנעת תהליך ההחלמה הטיבעי של הגוף.**

הרפלקסולוגיה משתייכת לתחום רפואה הוליסטית, כלומר, הסתכלות על האדם כיחידה המאחדת היבטים פיזיים, רגשיים, מנטליים, רוחניים וסביבתיים.

ההיבטים האלו קשורים זה לזה וזה בזה ובהכרח משפיעים אחד על השני.

כאשר כלל ההיבטים הללו מקיימים איזון וחיים בשלום האחד עם השני, מצברו הפיזי של המטופל יהיה בהתאם, קונפליקט בין היבטים אלו יפר את האיזון, מצב זה

רפלקסולוגיה

עלול לגרום למחלה, מחלה הנה ביטוי למלחמה בין ההיבטים השונים.

עיקרון נוסף בשיטת הרפלקסולוגיה היא לאתר ולטפל בשורש הבעיה ולא רק בסימפטומים

לדוגמא: לחץ יוצר מתח בנפש ובגוף ועלול לגרום למחלות פיזיות מרביתן (80%) הנן תולדה ישירה של לחץ כרוני או נקודתי, טיפול רפלקסולוגי יכול לסייע בהורדת רמת המתח והסטרס הקיים, הורדת המתח נעשית על ידי המרצה וסירקולציה של מערכת הדם והרגעת מערכת העצבים.

עוד תהליך חשוב ביותר שקורה בעת הטיפול הוא זירוז הניקוז והוצאת פסולת מאיברים, הטיפול מסייע להסדרת תהליכי חילוף חומרים בגוף ועל כן יעיל בבעיות עיכול.

המערכת ההורמונלית הנה מערכת מורכבת ומערך האיזון בה עדין. בעזרת טיפול רפלקסולוגי ניתן להחזיר מערכת זו לאיזון, לבסוף טיפול רפלקסולוגי עשוי לקצר את זמן ההחלמה ממחלות.

הפינה האישית: סיפור הצלחה – מטיפול מזדמן לריפוי ושחרור

שושנה (שם בדוי) אשה כבת 57, הגיעה אליי לטיפול רפלקסולוגי שקיבלה מילדיה ליום הולדתה. במהלך הטיפול שושנה סיפרה לי שהיא עסוקה כל הזמן בנתינה אין סופית למשפחה ולסביבה שלה. עם הזמן התפתחה לה בעיה בריאותית קשה וכרונית שנמשכה שנים ארוכות והיא הפכה להיות מאוד עייפה, תשושה ולמעשה נמצאת באפיסת כוחות בסוף היום.

לאחר שאבחנתי את מצבה הבריאותי, הבנתי שיש לי יכולת לשפר את מצבה ורתמתי אותה לסדרת טיפולים רפלקסולוגית בת מספר מפגשים שבמהלכה איבחנו את כף רגלה, הקשבתי לה ולגופה ובניתי תוכנית טיפולית שתתאים לה ותעזור לה לשחרר את מה שצריך מחייה.

שושנה סבלה מבעיה בריאותית קשה, אשר השפיעה כל העת על איכות חייה. הבעיה שנמשכה כ- 20 שנה גרמה לה להיות תלויה בכדורים בעלי תופעות לוואי לא נעימות שהביאו להקלה זמנית בלבד.

לאחר תקופה שהגיעה לטיפולים בקליניקה ההוליסטית, שושנה החלה לעשות מה שלא עשתה זמן רב: סדר ושינוי חיובי בחייה.

היא החלה אט אט לשחרר את כל החוויות הבעייתיות שהיו מודחקות "אי שם באיזה פינה נידחת" במרכז חייה והחלה בתהליך לא פשוט בו היא אזרה אומץ ונחישות לשינוי המיוחל בחייה: היא התפטרה מעבודתה לאחר שעבדה בה 30

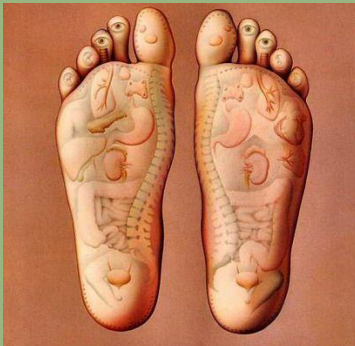
עדות אישית

הטיפול הרפלקסולוגי הוא טיפול עמוק ומרפא, מזרים, מנקה ונותן הרבה רוגע שקט פנימי ושלווה למטופל.

המטפל לוקח את המטופל דרך תהליך של העצמת המודעות העצמית וריפוי תחלואות בגוף ובנפש, במסגרת הטיפול והאבחון של כפות הרגליים מאתרים את הנקודות והמערכות החלשות בגוף של המטופל. במהלך סידרת הטיפולים המטפל עובד על האיזורים החלשים על מנת לחזקם וכך מעניק למטופל כלים חדשים להתמודדות עם הבעיות, מעלה את מודעות המטופל לעצמו, לסביבתו ולחיים שלו, ומאפשר עשייה רבה יותר ותוך שמירה על בריאות טובה יותר.

מעוניין/ת לקבל איבחון כף הרגל + טיפול רפלקסולוגי?

ובכן, אתם מוזמנים, כל שעליכם לעשות הוא לקבוע עם הקליניקה ההוליסטית פגישת איבחון + טיפול ולהרגיש מצויין לאחר כל טיפול, אפשר להדפיס את השובר למטה ולקבל הנחה.



רפלקסולוגיה כל נקודה בכף הרגל מקושרת לאיבר בגוף

תהליך של שינוי אמיתי יכול לקרות רק אם המטופל רוצה באמת להתרפא ומוכן להקריב עבור השינוי, כחלק מתפקידי כמטפלת של שושנה עזרתי ותמכתי בה נפשית וריגשית בכל אשר רק יכולתי על מנת ששושנה תגיע למקום המיוחל והחיובי ליצירת ריפוי שלם, כמובן ששושנה יחלה לשינוי משמעותי בחייה והנה היא קיבלה פריצת דרך ענקית דרך טיפול הרפלקסולוגיה ש"במקרה" הגיעה אליו....



טיפ חורף – אכינצאה לחיזוק מערכת החיסון



הידעתם? תמציות מצמח האכינצאה מסייעות ומגבירות את יכולות מערכת החיסון ומשפרים את יכולתה לבצע את תפקידה: להגן על הגוף מפני גורמי מחלה שונים.

החומר הפעיל בצמח מסייע לניקוי פסולת מרקמות הגוף וממריץ את זרימת וייצור תאי הדם הלבנים שהם קו ההגנה הראשון של גופנו נגד זיהומים ואת ייצור האינטרפרון הלוחם בווירוסים הגורמים לזיהומי שפעת, שהינה אחת המחלות הנפוצות ביותר בתקופת החורף.

חשוב לשים לב, קיימים מספר זנים של אכינצאה, כאשר הזן החזק והאיכותי ביותר הינו אכינצאה אנגוסטיפוליה והחלק בו משתמשים לתכשיר נעשה משורש הצמח.

בצמח האכינצאה פורפורה נעשה שימוש בפרחים ובעלים אך גם בשורש. זן זה פחות חזק מהקודם והוא מתאים מאוד לילדים ובני נוער. בזנים האחרים כדוגמת האכינצאה פאלידה (שהוא הממוסחר ביותר) כמות החומר הפעיל זניחה מה שהופך אותם ללא אפקטיביים במיוחד.

קיימים בשוק מספר תכשירי אכינצאה מומלצים, האכינפורס של אלטמן הינו מיצוי של צמח ושורש האכינצאה פורפורה שהרכבו נבדק מדעית במחקרים קליניים שהחדש מבינהם פורסם ב-2009. מסקנת המחקר היתה שלאכינפורס יש היכולת להעלים סימפטומים הקשורים לשפעת ולבעיות אחרות בדרכי הנשימה העליונות אצל אנשים בעלי מערכת חיסונית תקינה, וזאת ללא תופעות לוואי מיוחדות.

מוצר נוסף ואיכותי יותר הינו תכשיר ה"אכינצאה אבסולוט" של ראן צמחים. התכשיר מכיל מיצוי של שורש האכינצאה אנגוסטיפוליה ופרחים טריים של אכינצאה פורפורה בריכוז מהגבוהים הקיימים בשוק התוספים.

טיפ בארומתרפיה – לבנדר וקמומיל המרגיע הלאומי.



הקדישו לעצמכם בזמנכם החופשי בערב אחת לשבוע אמבט שמנים מפנק, אתם עייפים מכל השבוע והדבר שאתם הכי זקוקים לו זו מנוחה, מנוחה, מנוחה... תתפנקו...

לבנדר:

אפשר לקרוא ללבנדר האמא של האדמה, הכי שמיש בעולם. הלבנדר הוא שמן עזרה ראשונה לבעיות עור כמו: חתכים, פצעים, מחטא, משקם רקמות, מעורר, מרגיע נפשית/פיזית אנטי בקטריאלי, אנטי דלקתי אנטי ספטי (מחטא), ידוע כמוריד לחץ דם, מתאים לכאבי בטן, ראש, שרירים ושיגרון.

התקלחו עם סבון כולל חפיפה בכדי לנקות את כל הפסולת מכל היום. מלאו אמבט במים חמים נעימים להרפיה ולהרגעה. הוסיפו את בקבוקון השמן שקדים עם לבנדר וקמומיל לתוך האמבט (לשפוך לתוך כף) ולהוסיף כף מלח ים המלח שכן ההשפעה חזקה עם המלח.

הוסיפו את הכף שמן ומלח למים הפושרים התיישבו באמבטיה לפחות 15 דקות לאחר מכן התקלחו ללא סבון והספיגו את השמן לגוף.

קמומיל:

נוגד היסטריה, משכך כאבים, מחזק מערכת חיסונית, אנטי דיכאוני, מתאים לכל הבעיות הנשיות: מחזור כואב, וסת לא סדירה, גרודים, מרגיע ומאלחש, אנטי דלקתי, מורז חידוש רקמות עור, מאיץ ריפוי פצעים, מעכב תהליכי הזדקנות, לתינוקות הוא טוב למצב של גזים, חליטת תה קמומיל.

עמוד 3 מתוך 3

האכינצאה – פירוט יתרונות:

Adaptogen - מחזק את פעילות המערכת החיסונית

Antiviral - אנטי-ויראלי

Antimicrobial / Antibacterial - אנטי-בקטריאלי, נגד חיידקים

Antibiotic - פועל כ"אנטיביוטיקה" טבעית

Antifungal - אנטי-פטרייתי

Antiseptic - אנטיספטי, מחטא

Anti-inflammatory - אנטי-דלקתי בשימוש פנימי וחיצוני

Tonic - מחזק ומאזן מערכות בגוף

הקליניקה ההוליסטית

חולון
(ליד רח' אילת)

טלפון:
054-211-8513

פקס:
054-660-8842

דואר אלקטרוני:

info@avivitcare.com

הקליניקה ההוליסטית
השיפור מתחיל כאן

אנחנו ברשת!



או בקרו אותנו באתר בכתובת:
www.avivitcare.com

קופון הנחה לקליניקה ההוליסטית – גזור ושמור!



קופון הנחה – ניוזלטר ינואר

הינך זכאי לקבל טיפול בקליניקה ההוליסטית

רפלקסולוגיה / עיסוי שוודי 60 דק' רק:

120 ש"ח (33% הנחה)

למימוש ההטבה יש להביא קופון זה לטיפול.

תקף לטיפול אחד בלבד, המבצע ללקוחות חדשים ולקוחות קיימים שלא ביקרו בקליניקה לפחות 3 חודשים, אין כפל הנחות. בתוקף עד 31 במרץ, 2011 – או עד גמר המלאי.

www.avivitcare.com - 054-2118513

