

Εναρμόνιση

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ

- Οδοιπορικό στην Αρχαία Ολυμπία
- Ετήσια Συνάντηση RIEN
- Καλοκαίρι & Διατροφή



Τεύχος
17

[Ιούνιος / Ιούλιος / Αύγουστος 2011]

ΣΠΟΥΔΑΣΤΕ

Holistic Rejuvenation[®]



Ολιστικό Αναζωογονητικό μη χειρουργικό Face Lifting

Το Rejuvance είναι μία επαναστατική τεχνική μασάζ για το πρόσωπο. Δεν χρειάζονται προϊόντα ή μηχανήματα με ηλεκτρικό ρεύμα, το μόνο που απαιτείται είναι ένας εξαιρετικά εκπαιδευμένος θεραπευτής.

Μέσα σε λίγες συνεδρίες, απαλλάσσει τους μύες του προσώπου, λαιμού, κρανίου και ώμων από την ένταση. Δρα άμεσα στον συνδετικό ιστό, αποκαθιστώντας την ελαστικότητα και την ευλυγισία του.



NATURAL HEALTH SCIENCE

Όμιλος Σχολών Εναλλακτικών Επιστημών

ΚΤΙΡΙΟ 1: Πανδρόσου 31, Παλαιό Φάληρο, τηλ.: 210.9837344, 210.9849276, φαξ: 210.9849057,

ΚΤΙΡΙΟ 2: Λεωφ. Αμφιθέας 78 & Ανδρομάχης 8, Π. Φάληρο, τηλ.: 210.9814502, φαξ: 210.9812991,

www.nhs.gr - info@nhs.gr

Ανθοϊάματα

Τα ανθοϊάματα εξισορροπούν και θετικοποιούν βασικές ψυχολογικές διαθέσεις, απομακρύνουν φόβους και μετασχηματίζουν αρνητικές νοητικές πεποιθήσεις, δίνοντας βαθιές και μόνιμες λύσεις σε ανάλογα προβλήματα. Αποτελούν ένα αξεπέραστο σύστημα αναφοράς για όσους ενδιαφέρονται να γνωρίσουν την τόσο σημαντική και αποτελεσματική ολιστική μέθοδο της ανθοθεραπείας.

**Εκπαιδευτείτε στα Ανθοϊάματα Bach,
στα California & τα Αυστραλιανά**



NATURAL HEALTH SCIENCE[®]

Όμιλος Σχολών Εναλλακτικών Επιστημών

ΚΤΙΡΙΟ 1:

Πανδρόσου 31, Παλαιό Φάληρο

τηλ.: 210.9837344, 210.9849276,

φαξ: 210.9849057

ΚΤΙΡΙΟ 2:

Λεωφ. Αμφιθέας 78

και Ανδρομάχης 8, Π. Φάληρο

τηλ.: 210.9814502,

φαξ: 210.9812991

www.nhs.gr - info@nhs.gr

Εναρμόνιση

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ

ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ

Ιούνιος / Ιούλιος / Αύγουστος 2011

Τεύχος 17

Σπαθάρη 2,

114 76 Πολύγωνο, Αθήνα

τηλ. 210 6424818

fax: 210 6451532

www.reflexology.gr

e-mail: info@reflexology.gr

Εκδότρια

Υπεύθυνη Διαφήμισης

Ευγενία Δούλβαρη

Email: e.doulvari@gmail.com

Τηλ. 6937 975470

Υπεύθυνη Ύλης: Ευγενία Χαλκίδου

Email: evghalkidou@gmail.com

Τηλ. 6973 245251

Συνεργάτες

Μεταφράσεις κειμένων:

Κωνσταντίνος Σίμογλου

E-mail: reflexaki@gmail.com

Στήλη Διατροφής:

Σύλβια-Αναίς Δημητρίου

E-mail: sylviedim@hotmail.com,

Τηλ. 6947304107

Σχεδιασμός - Εκτύπωση

LAITMER Ltd

τηλ. 210 9480258

e-mail: laitmer@otenet.gr

Οι απόψεις που εκφράζονται είναι των συντακτών των κειμένων και όχι απαραίτητα του ΣΕΡ. Το περιεχόμενο του περιοδικού είναι μόνο για ενημερωτικό σκοπό και δεν θα πρέπει να αντικαθιστά οποιαδήποτε ιατρική συμβουλή, διάγνωση ή και θεραπεία που χορηγείται από τον γιατρό σας ή από τον εξειδικευμένο επιστήμονα υγείας.

Για να προμηθευτείτε

προηγούμενα τεύχη,

παρακαλούμε επικοινωνήστε

με τη γραμματεία του ΣΕΡ

περιεχόμενα

03. Περιεχόμενα
04. Γνωριμία με τη Ρεφλεξολογία
05. Editorial – Αρχαία Ολυμπία
07. Τα νέα του Δ.Σ.
08. Η ετήσια συνάντηση των μελών του RiEN στο Amersfoort της Ολλανδίας 27 - 29 Μαΐου.
11. Σκέψεις του Δ.Σ.
12. Η ομιλία της οδοντιάτρου κας Γιάτση στην Ημερίδα 2011
15. Συνέντευξη του κ. Παναγιώτη Παππά (PAPIMI)
16. Πώς να αντιμετωπίσουμε τις αιμορροΐδες με φυσικούς τρόπους
17. Who is Who: Ελληνική Ομάδα Έρευνας Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών θεραπειών
18. Διατροφή
19. Σημαντικές πληροφορίες σχετικά με τον ΟΑΕΕ
20. Ανακοινώσεις
21. Δελτίο Τύπου
22. Σημεία Διάθεσης της Εναρμόνισης

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση υλικού χωρίς την γραπτή συναίνεση της εκδότριας.

Μπορείτε να μας επισκεφθείτε και στο www.reflexology.gr

[Γνωριμία με τη Ρεφλεξολογία]

Η Ρεφλεξολογία είναι μία αρχαία φυσική αφέαρμακος συμπληρωματική μέθοδος που βασίζεται στην ύπαρξη αντανάκλαστικών σημείων στα πέλματα, στις παλάμες, στα αυτιά τα οποία αντιστοιχούν στα όργανα, στους αδένες και στους μυϊκούς ιστούς του ανθρώπινου σώματος. Είναι αξιοσημείωτο πως στα πέλματα υπάρχουν 7.200 νευρικές απολήξεις, οι οποίες όταν διεγείρονται κατάλληλα μέσω του νευρικού συστήματος συνδέονται με ολόκληρο το σώμα.

Η μέθοδος αυτή έχει τις ρίζες της στην Κίνα, όπου 5.000 χρόνια πριν εξασκούσαν μια μορφή πιεσο-θεραπείας, με αρχές παρόμοιες με αυτές του βελονισμού. Επίσης, στην Αίγυπτο το 2.330 π.Χ., βρέθηκε στη Σαχάρα σε τάφο ιατρών, στην Ανκμαχόρ, τοιχογραφία που παρουσιάζει ανθρώπους να εφαρμόζουν παρόμοιες μεθόδους με πιέσεις στα πέλματα και στα χέρια. Ο διάλογος που συνοδεύει την τοιχογραφία σαφέστατα αναφέρει επίκληση ίασης!

Ο ανθρώπινος οργανισμός διαθέτει ένα φυσικό αμυντικό σύστημα. Σκοπός της Ρεφλεξολογίας είναι να ενεργοποιήσει αυτό το σύστημα και να ενισχύσει ενεργοποιώντας μέσω των ειδικών πιέσεων που αναφέραμε όλα τα συστήματα του οργανισμού με απώτερο σκοπό την αποκατάσταση της αρμονίας και της ισορροπίας του **ιδίου** του οργανισμού. Προέρχεται ετυμολογικά από την **αγγλική** λέξη ρεφλέξ (αντανάκλαστικό) και την ελληνική κατάληξη – “λογία”. Η καθημερινή μας ζωή επιβαρύνεται από ποικίλους παράγοντες όπως κακή διατροφή, άγχος, καθιστική ζωή, συναισθηματικά και επαγγελματικά προβλήματα, κακές κλιματολογικές συνθήκες. Επίσης, η κατάθλιψη, ο θυμός, το stress κι άλλα συναισθήματα έχουν αρνητικές επιδράσεις στο σώμα μας, καθώς έχει ανακαλυφθεί από έρευνες πως η σωματική υγεία και η ψυχολογική κατάσταση είναι αλληλένδετες. Όλα αυτά αδυνατίζουν τους αμυντικούς μηχανισμούς του οργανισμού μας με αποτέλεσμα την εμφάνιση διαφόρων δυσλειτουργιών. Διεγείροντας λοιπόν συστηματικά αυτά τα αντανάκλαστικά σημεία με ειδικούς φυσικούς χειρισμούς και ειδικές πιέσεις επιτυγχάνεται η ενεργοποίηση, η εξισορρόπηση, η υγεία και η αρμονία του οργανισμού μας.

Η Ρεφλεξολογία είναι μία ήπια μέθοδος η οποία προσφέρει χαλάρωση, δημιουργεί ευεξία χωρίς παρενέργειες εφόσον εφαρμόζεται από επαγγελματίες Ρεφλεξολόγους με αναγνωρισμένη από τα σωματεία ΣΕΡ και ΠΕΣΡ εκπαίδευση. Συνδυάζεται αρμονικά με την συμβατική ιατρική αλλά και με άλλες συμπληρωματικές αγωγές. Η Ρεφλεξολογία συμβάλλει στην αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων, όπως, μυοσκελετικά προβλήματα (οσφυαλγία, ισχιαλγία, αυχενικό σύνδρομο κ.α.), άγχος, αϋπνίες, γυναικολογικές διαταραχές (πόνους-ανωμαλίες περιόδου, εμμηνοπαυση), πεπτικές διαταραχές (σπαστική κολίτιδα κ.α.), αλλεργίες, ημικρανίες, υπερκόπωση, αναπνευστικά προβλήματα, ήπιες μορφές κατάθλιψης, σκλήρυνση κατά πλάκας, πάρκινσον κ.α. Δημοσιευμένες έρευνες

και μελέτες δείχνουν ότι η Ρεφλεξολογία είναι αποτελεσματική στην διαχείριση του στρες – σχετίζεται σύμφωνα με την συμβατική ιατρική με το 75% των προβλημάτων υγείας των ανθρώπων – και στην διαχείριση του πόνου!

Το Σωματείο Ελλήνων Ρεφλεξολόγων (Σ.Ε.Ρ.) ιδρύθηκε το 1992. Πρωταρχικός στόχος του είναι η προστασία του κοινού, η ενημέρωση των Ρεφλεξολόγων και η

προστασία των μελών του. Έτσι δημιουργήθηκε και το περιοδικό μας για την ανάπτυξη και την διάδοση της Ρεφλεξολογίας πιστεύοντας ότι η ενημέρωση είναι πρώτιστο καθήκον όλων μας. Επίσης το 2007 ιδρύθηκε και το Πανελλήνιο Επαγγελματικό Σωματείο Ρεφλεξολόγων (Π.Ε.Σ.Ρ.).

Ο ΣΕΡ και ο ΠΕΣΡ, συνεργάζονται με την Ευρωπαϊκή Οργάνωση των Ρεφλεξολόγων RIEN καθώς και με το Παγκόσμιο Σύλλογο Ρεφλεξολόγων ICR, του οποίου είναι μέλη.

Η ολόένα και μεγαλύτερη αποδοχή από συνανθρώπους μας που έχουν γνωρίσει ή επιθυμούν να γνωρίσουν τη μέθοδο της Ρεφλεξολογίας, μας δημιούργησε την ανάγκη διάδοσης του περιοδικού μας σε περισσότερους χώρους, στους οποίους μπορείτε να έχετε πρόσβαση στη σελίδα 22.

Ευγενία Δούλβαρη
Ευγενία Χαλκίδου

Αρχαία Ολυμπία

Επιστροφή στις ρίζες μας. Άντληση δύναμης από τα θεμέλια, τις πέτρες, τα αρχαία μας, που στέκονται εκεί πάντα, σαν υπενθύμιση του αιώνιου, του διαχρονικού, του αυθεντικού, του στέρεου. Αρχαία Ολυμπία, τί ταξίδι κι αυτό... Στην τόσο δύσκολη εποχή που διανύουμε, το βίωμα του να έρχεσαι σε επαφή με το παρελθόν σου και να εμπνέεσαι από αυτό, είναι απαραίτητο. Το παρόν σου δεν είναι πια μόνο του, ασύνδετο, μουντό. Αποκτά αίσθηση υπεροχής και ελπίδας. Το παρόν μου πήρε άλλο χρώμα, αντικρίζοντας τον αρχαιολογικό χώρο, την εναλλαγή του πράσινου και του άσπρου, του ουρανού και τη γης, που εκεί ενώνονται με έναν μαγικό τρόπο. Νιώθεις τις αισθήσεις σου ζωντανές, ξυπνάει το πνεύμα σου, ανοίγει η καρδιά σου. Τα αυτιά σου γεμίζουν μελωδίες της φύσης καθώς τα μάτια σου καθαρίζουν από την ομορφιά των αρχαίων και γλυκαίνουν με τα χρώματα της φύσης. Καθώς η όσφρησή σου οξύνεται και μια έντονη ευχαρίστη ανατριχίλα σε διαπερνά από το αεράκι. Πώς να μην πάρεις δυνάμεις? Πώς να μην νιώσεις την ενέργεια? Εκεί ξέρεις....

Ας πάρουμε παράδειγμα από τους Αρχαίους μας Έλληνες πώς να αγαπάμε τον πολιτισμό μας, τη χώρα μας, το δίκαιο, το όμορφο, το καλό.

Αυτό ήθελα να δω εδώ. Να δω ότι υπάρχει. Ότι έχει υπάρξει. Ότι γίνεται. Ότι μπορούμε. Αρκεί



να το πιστέψουμε. Και να μην ξεχνάμε. Γιατί ξεχνάμε εύκολα.

Παράδειγμα λοιπόν. Από την ιστορία μας. Στην πειθαρχία, στον σεβασμό, στην ακεραιότητα, στην αξιοπρέπεια, στην ομορφιά.

Η ζωή είναι γεμάτη δώρα, αρκεί να απλώσεις το χέρι σου και να ανοίξεις λίγο την καρδιά σου. Το ταξίδι συνεχίζεται όσο εμείς αναπνέουμε, ελπίζουμε και ταξιδεύουμε. Με το σώμα και με το νου.

Εύχομαι να έχουμε δύναμη να κάνουμε βίωμα τις σκέψεις μας.

Μη σταματήσετε να ονειρεύεστε....

Ευγενία Χαλκίδου
Ρεφλεξολόγος



Μάρμαρα, κίονες – ιστορία αιώνων λουσμένα στο καθαρό φως του απογεύματος -ουρανός καθарός – κελαίδισμα πουλιών - πράσινο... πράσινο...ελαφρύ αεράκι, στίβος, απέραντη γαλήνη, τοπίο ιερό.

Ναός Ήρας, Ναός Διός, Εργαστήρι του Φειδία ...δονούμενα με αφάνταστη ενέργεια και τόσοι άλλοι χώροι που μας καλωσόρισαν, ψιθυρίζοντάς μας ιστορίες που χάνονται στα βάθη των χρόνων. Μας πήγαν σε ταξίδια με συνοδεία την πανδαισία κελαιδισμάτων, η χαρά των αθλητών, οι ιαχές των θεατών, το κάλλος, η ρώμη, το αγαθό, ζητώντας να μην τους ξεχνάμε .

Ζήτησα κλείνοντας τα μάτια μου, να γεμίσω κάθε σπιθαμή του νου και της ψυχής μου από την ομορφιά που με περιέλαβε, θα τα καταφέρω ? Η ψυχή μου πέταξε, τα αυτιά μου γέμισαν τραγούδια, η καρδιά ανταποκρίθηκε με ταπεινότητα στον χώρο.

Να ευχαριστήσω την φίλη και συνεργάτιδά μου Ευγενία Χαλκίδου που μέσα σε 48 ώρες



πραγματοποιήσαμε με τον καλύτερο τρόπο το οδοιπορικό μας. Ένα οδοιπορικό ψυχής, το κάναμε για όλους εσάς και εμάς .

Επίσης το προσωπικό του ξενοδοχείου Olympic Village Hotel για την φιλοκαλία τους και τους νέους φίλους που μας προσέφεραν μία ξεχωριστή βραδιά με αναφορές στην αρχαία περίοδο αλλά και στο σήμερα. Αποχαιρετιστήκαμε με ελπίδα για την Ελλάδα,

αλλά και για επόμενες συναντήσεις. Σε αυτές τις δύσκολες για όλους μας εποχές επισκέψεις σε χώρους όπου βλέπουμε και ξαναζούμε το μεγαλείο των προγόνων μας θα γεμίσει όλους μας υπερηφάνεια, χαρά, κάτι που έχουμε όλοι ανάγκη σήμερα. Μαζέψτε ενέργεια για τον δύσκολο χειμώνα, τονωθείτε, οι δρόμοι και οι καρδιές σας πάντα να είναι ανοιχτές.

ΚΑΛΟ, ΕΥΟΙΩΝΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ !!!!!!!

Ευγενία Δούλβαρη

Ρεφλεξολόγος

e.doulvari@gmail.com



[τα νέα του Δ.Σ.]

Αγαπητοί συνάδελφοι !!!

Βρισκόμαστε στην αρχή του καλοκαιριού και ευχόμαστε, όλοι μας να έχουμε «καλό καιρό» σε ότι προσπαθούμε και επιθυμούμε.

Στο σωματείο μας προσπαθούμε να έχουμε «καλό καιρό», κάνοντας διάφορες οργανωτικές προσπάθειες πχ ενεργοποιήθηκε η επιτροπή εκπαίδευσης και μάλιστα με νέα μέλη. Γενικά υπάρχει μια καθυστέρηση στη λειτουργία των επιτροπών και έτσι λοιπόν η Μαίρη Φραγκάκη, ο Γιάννης Πολυχαταρίδης, η Γεωργία Καφούρου και η Αφροδίτη Καψίλη, όπου με την εμπειρία τους και την προθυμία τους να βοηθήσουν, όρισαν το πρόγραμμα σπουδών των σχολών ρεφλεξολογίας, έτσι ώστε να είμαστε και τυπικά καλυμμένοι, απέναντι στις εξελίξεις αναγνώρισης και κατοχύρωσης στο εξωτερικό αλλά και στην Ελλάδα, διότι είναι βασική προϋπόθεση σε αυτά που μας ζητούν.

Στην ουσία έγινε μια συγκρότηση της εγκυκλίου του ΣΕΡ σε σχέση με τις αυξημένες ανάγκες που έχουν προκύψει επαγγελματικά για το ΠΕΣΡ, ώστε να ολοκληρωθεί με τον καλύτερο τρόπο η εξέλιξη. Θα ενημερωθείτε μέσω του περιοδικού και του site, για ότι νεότερο.

Με χαρά σας ανακοινώνουμε, ότι ενισχύουμε τις προσπάθειες γνώσης, εμπειρίας και επαγγελματικής σταδιοδρομίας με δωρεάν διαδραστικές συναντήσεις – σεμινάρια, που οργανώνουμε, έτσι ώστε να βρισκόμαστε περισσότερο αλλά και να δυναμώνουμε όλο και πιο πολύ. Συγκεκριμένα το 1ο διαδραστικό σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί στο χώρο του Σωματείου, την Τετάρτη 22 Ιουνίου 2011, στις 6 μμ, όπου θα συζητηθούν και θα αναλυθούν διάφορα περιστατικά.

Επίσης πολύ σημαντική είναι και η ετήσια συνάντηση της Rien, που πραγματοποιήθηκε στην Ολλανδία. Η Αφροδίτη Καψίλη μας μετέφερε την

πολύ καλή δουλειά που έκαναν εκεί, ο Σπύρος Δημητράκουλας και η ίδια, στην επικοινωνία και στον συντονισμό της Ελλάδας με τις άλλες χώρες. Δεν πρέπει να ξεχάσουμε να αναφέρουμε το παρακάτω για να επιβεβαιωθούμε αλλά και για να ανέβει το ηθικό μας, μία από τις εκπροσώπους των άλλων χωρών και συγκεκριμένα της Γαλλίας, η κα Αρμέλ Καστριώτη, μας ενημέρωσε ότι όταν πήγε να κάνει την εγγραφή της στο επαγγελματικό σωματείο ρεφλεξολογίας της Γαλλίας, της είπαν ότι πρέπει να δώσει εξετάσεις, καθώς και ότι πρέπει να καταθέσει αναλυτικά τις ώρες με τα μαθήματα, που παρακολούθησε στην Ελλάδα. Όταν τις κατέθεσε της είπαν «off the record», ότι δεν χρειάζεται να δώσει εξετάσεις, γιατί οι ώρες ήταν πολλές παραπάνω από αυτές που έκαναν στην Γαλλία. Αυτή την στιγμή έχει προσληφθεί σε Ογκολογικό Νοσοκομείο στην Νορμανδία, ως ρεφλεξολόγος. Φαίνεται λοιπόν, ότι δεν ευλογούμε μόνοι μας τα χένια μας, αλλά αποδεικνύεται ακόμα μια φορά, ότι οι Έλληνες ρεφλεξολόγοι έχουν υψηλότατο επίπεδο γνώσεων με ποικιλία και σφαιρικότητα σε σχέση με την Ευρώπη, αλλά και με όλο τον κόσμο. Μάλιστα δεν δίστασε να εκφράσει την ευγνωμοσύνη της, στους δασκάλους της και στο σύλλογο.

Εκλεκτοί συνάδελφοι, για άλλη μια φορά σας θυμίζουμε ότι οι σκέψεις μας, όταν είναι θετικές, δυνατές και επικεντρωμένες υλοποιούν τους στόχους και τα όνειρά μας. Όπως και αν είναι τα πράγματα γύρω μας, πρέπει να κρατάμε με σταθερότητα και καλές προθέσεις το κέντρο μας και την ποιότητα μας, επιτυγχάνοντας σίγουρα θετικά αποτελέσματα.

*Με πολλή Αγάπη
Εκ μέρους του Δ.Σ
Μιχάλης Κυριακίδης*



Η ετήσια συνάντηση των μελών του RiEN

Amersfoort σημαίνει: amers το όνομα του ποταμού που διασχίζει την ομώνυμη πόλη και foort σημαίνει σημείο συνάντησης-σταυροδρόμι-γέφυρα. Εν ολίγοις το όνομα της πόλης δικαιολογεί την επιλογή της, ως σημείο συνάντησης των εκπροσώπων των μελών.

Μετά από δύο χρόνια αποχής Έλληνα εκπροσώπου, φέτος τα σωματεία ΣΕΡ και ΠΕΣΡ εκπροσωπήθηκαν από τους Σπύρο Δημητράκουλα και Αφροδίτη Καψίλη αντίστοιχα. Οι Έλληνες εκπρόσωποι ταξίδεψαν μεταφέροντας παράπονα για την στασιμότητα της δράσης του δικτύου, ανησυχία για το μέλλον και πολλές προτάσεις, τις οποίες και θα παρουσιάζαν στην προγραμματισμένη παρουσίασή τους. Το παρόν κείμενο αποτελεί επισκόπηση των όσων ειπώθηκαν και συβέβησαν.

Την Παρασκευή 27, έχοντας συγκεντρωθεί η πλειονότητα των εκπροσώπων, ξεκίνησε η διαδικασία εκλογής νέου προέδρου του RiEN. Η θέση του προέδρου είχε μείνει κενή, σχεδόν ένα χρόνο, λόγω σοβαρής ασθένειας της προηγούμενης προέδρου, Gail Chamberlain. Οι δύο υποψήφιοι για την θέση ήταν οι Avre Fahvlik (Νορβηγία) και Louise Vaughan - Arbuckle (Γαλλία), οι οποίοι και μας παρουσίασαν τις θέσεις, φιλοδοξίες, προτάσεις για το μέλλον του RiEN. Θετικό και για τους δύο ήταν ότι με ειλικρίνεια αναγνώρισαν το τέλμα στο οποίο έχει περιέλθει αλλά και αναφέρθηκαν στις μελλοντικές προκλήσεις και προβλήματα που έχει να αντιμετωπίσει το δίκτυο. Για το βράδυ είχε κανονιστεί δείπνο, μεζέ σε τούρκικο εστιατόριο, (φοβήθηκα ότι θα πεινάσουμε!) όπου και έγιναν οι πρώτες δημόσιες σχέσεις με τους Ευρωπαίους φίλους. Στο τέλος μείναμε οι εκπρόσωποι της Μεσογείου, δηλαδή Ιταλία, Ισπανία και Ελλάδα, και συντάξαμε την κοινή πολιτική και στρατηγική μας σχετικά με την εκλογή του προέδρου και άλλων θεμάτων που θα προέκυπταν.

Το Σάββατο ξεκινήσαμε νωρίς το πρωί με την εκλογή του προέδρου. Νέος πρόεδρος του δικτύου είναι η Louise Vaughan - Arbuckle, σημειώστε ότι είναι Αγγλίδα στην κατγωγή, αλλά εκπροσωπεί την Γαλλία.

Ακολούθησε από τον ταμία του δικτύου Heinrich Weitz οικονομικός απολογισμός. Το δίκτυο αποτελείται από 36 πλήρη μέλη, 10 μέλη σχολές Ρεφλεξολογίας, και 5 φιλικά μέλη. Εκτιμάται ότι υπάρχουν 16.500 ευρωπαίοι Ρεφλεξολόγοι. Δυστυχώς κάποια μέλη δεν είναι συνεπή στις οικονο-

μικές τους υποχρεώσεις και αποφασίστηκε να διαγραφούν τον επόμενο χρόνο εάν συνεχίσουν έτσι. Ζητήθηκε και ικανοποιήθηκε το αίτημα να ελεγχθούν οι κινήσεις του λογαριασμού, όπως και προβλέπει το καταστατικό του δικτύου.

Τον λόγο στην συνέχεια πήρε η Ελλάδα, και ο Σπύρος Δημητράκουλας παρουσίασε την δράση του ΣΕΡ τα τελευταία χρόνια αλλά και του ΠΕΣΡ. Επίσης παρουσιάσαμε τα αιτήματά, τις ανησυχίες, αλλά και τις προτάσεις μας για το παρόν και μέλλον του δικτύου. Τέλος, με επίσημο τρόπο παρουσιάστηκε για πρώτη φορά καταγεγραμμένο γραπτό ιστορικό τεκμήριο Ρεφλεξολογικής εφαρμογής, και μάλιστα αρχαίο Ελληνικό - Ρωμαϊκό. Τονίστηκε στους εταιρους να σταματήσουν να διαδίδουν το ψευδές και αναπόδεικτο, δηλαδή ότι η Ρεφλεξολογία ξεκίνησε από την Ασία. Διότι, πρώτον προσβάλλεται η αξιοπιστία της, κυρίως στην εισαγωγή των ερευνών και μελετών για την Ρεφλεξολογία, δεύτερον δημιουργούνται εντυπώσεις ότι οι Κινέζοι Ρεφλεξολόγοι είναι καλύτεροι των Ευρωπαίων, και τρίτον, διότι με αυτή την στάση λεηλατείται και προσβάλλεται η Ιπποκρατική Ιατρική και η δική μας ιστορική κληρονομιά.

Απόδειξη της γενικής αποδοχής της πρωτοεμφανιζόμενης πληροφορίας, ήταν η άμεση πρόταση της Leila Eriksen να συνταχθεί από την Ελλάδα(!) κείμενο με θέμα "Ιστορία της Ρεφλεξολογίας".

Το υπόλοιπο της ημέρας περιλάμβανε ενημερώσεις από τους εκπροσώπους του δικτύου στις οργανώσεις CAMbella και EFCAM.

Η Λεϊλα Έρικσεν είναι η εκπρόσωπος του RiEN στον οργανισμό CAMbella, ως εκ τούτου συμμετείχε στο 6ο ICCMR - International Congress of the International Society for Complementary Medicine Research που έγινε τον περασμένο Μαΐο στο Chengdu, Κίνα. <http://eng.2011iscmr.org>. Η κ. Λεϊλα Έρικσεν τόνισε αυτό που ακούσαμε και στην φετινή ημερίδα του σωματείου μας, ότι δηλαδή στα τελευταία 2 παγκόσμια ερευνητικά συνέδρια (Tromso και Chengdu) δεν υπήρξαν αναφορές στην Ρεφλεξολογία. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ότι από τις 400 ομιλίες στην Κίνα η μία ήταν για Ρεφλεξολογία. Ενώ υπάρχουν στατιστικά στοιχεία που αποδεικνύουν ότι οι Ευρωπαίοι πολίτες χρησιμοποιούν την Ρεφλεξολογία, δεν υπάρχουν καταγεγραμμένα ερευνητικά στοιχεία! Αυτό μπορεί και πρέπει να αλλάξει, ο καλύτερος τρόπος είναι με την σύσταση του Ελληνικού Exceptional case history registry - RESF - Μητρώο Εξαιρετικών Περιστατικών (RESF). Ζητήσαμε περισσότερες πληροφορίες από την κ. Λεϊλα Έρικσεν και ελπίζουμε σύντομα να έχουμε περισσότερα να σας πούμε. Στην Κίνα η κ. Λεϊλα Έρικσεν παρουσίασε τα αποτελέσματα από την Σκανδιναβική έρευνα για τους πελάτες της Ρεφλεξολογίας στις χώ-

στο Amersfoort της Ολλανδίας 27-29 Μαΐου

ρες Σουηδία (690 πελάτες) και Δανία (2368 πελάτες).

Επίσης μας (τους) ενημέρωσε ότι το σωματείο του Καναδά ανέλαβε μία πρωτοβουλία για να καταγράψει την κατάσταση της Ρεφλεξολογίας σε κάθε χώρα του κόσμου. Μόνο 11 χώρες συμμετείχαν απαντώντας στο ερωτηματολόγιο που εστάλη και παρότρυνε όλους να ανταποκριθούν. Η Ελλάδα έχει ήδη συμμετάσχει.

Ο κ. Hans van der Werff είναι ο εκπρόσωπος του RiEN στο Ευρωπαϊκό Φόρουμ Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών Μεθόδων (European Forum for Complementary and Alternative Methods, EFCAM). Τα μέλη του EFCAM αριθμούν συνολικά έξι οργανισμούς, μπορείτε να τους δείτε εδώ: <http://www.efcam.eu/content/view/21/40/>. Ο σκοπός του είναι να επηρεάσει την Ευρωπαϊκή βουλή στα θέματα των ΣΕΘ. Συμπεριλαμβάνεται στην λίστα των ΜΚΟ στην διαδικτυακή πύλη υγείας της Ευρωπαϊκής ένωσης, http://ec.europa.eu/health-eu/care_for_me/medicines_and_treatment/ngo_en.htm. Το EFCAM καλεί και τους Ρεφλεξολόγους, να τους στείλουν άρθρα τα οποία θα δημοσιευτούν στην συγκεκριμένη πύλη http://ec.europa.eu/health-eu/index_en.htm.

Δυστυχώς το EFCAM σκοπεύει να αυξήσει σημαντικά την ετήσια συνδρομή των μελών του, οπότε και συζητήθηκε το εάν ο RiEN θα παραμείνει μέλος του ή όχι. Στο συμφέρον της Ρεφλεξολογίας είναι να ανήκει σε όσους Ευρωπαϊκούς οργανισμούς μπορεί, λόγω της αδυναμίας του RiEN να ανταποκριθεί οικονομικά θα πρέπει να γίνει επιλογή στρατηγικής. Η Ελλάδα ψήφισε θετικά στην παραμονή τουλάχιστον ενός ακόμη έτους στο EFCAM λόγω του ότι είναι ο μόνος αναγνωρισμένος οργανισμός στην **Γενική Διεύθυνση Υγείας και Προστασίας των Καταναλωτών (DG Sanco)** - <http://www.epha.org/r/64>. Ο γνωστός επίσης οργανισμός CAMbella - <http://www.cambrella.eu/home.php> είναι πανεπιστημιακό πρόγραμμα επιχορηγούμενο από την Ευρωπαϊκή ένωση (FP7). Δυστυχώς μέχρι στιγμής δεν έχει αποδώσει ικανοποιητικά αποτελέσματα, ευελπιστούμε για το αντίθετο στο μέλλον.

Μέχρι το τέλος της πρώτης μέρας συζητήθηκαν και τα θέματα:

- Ανάπτυξης της επικοινωνιακής δράσης του RiEN, η Ελλάδα θα αναλάβει μέρος σε αυτό.

- Πως και ποιες οι προϋποθέσεις ώστε να μετακινούνται επαγγελματικά οι Ρεφλεξολόγοι μέσα στην Ευρώπη από χώρα σε χώρα και τελικώς να γίνονται δεκτοί από το σωματείο της χώρας μέλους. Το θέμα φαίνεται πως θα λυθεί με το Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων (EQF) που θα εφαρμοστεί στην ΕΕ το 2012.

Δυστυχώς επιβεβαιώθηκαν 2 πράγματα, πρώτον ότι ο RiEN



δεν έχει και δεν είχε ποτέ την δυνατότητα και την τόλμη να επιλύσει τέτοια ζητήματα, δεύτερον, αποτελεί απλώς ένα επικοινωνιακό δίκτυο μεταξύ των Ευρωπαϊκών σωματείων Ρεφλεξολογίας, το οποίο μάλιστα πρέπει να βελτιωθεί.

- Να δημιουργηθεί ένας κοινός Ρεφλεξολογικός χάρτης από τον RiEN. Ο συγκεκριμένος χάρτης θα λειτουργεί ως ένας αρχικός κοινός χάρτης δεκτός από όλα τα μέλη. Οι αντιδράσεις ήταν πολύ μεγάλες όπως και ο εγωισμός. Το πρόβλημα γίνεται ακόμα μεγαλύτερο όταν αναλογιστούμε ότι οι Σκανδιναβικές χώρες έχουν δημιουργήσει και χρησιμοποιήσει χάρτες σε όλο το σώμα.

- Πολλοί εκπρόσωποι εκδήλωσαν την επιθυμία να κάνουν ανταλλαγές συνεδριών με σκοπό την ανταλλαγή γνώσης.

Στα παραπάνω η Ελλάδα πρότεινε, να αναλάβει ένα μέρος της διαδικτυακής επικοινωνίας – έγινε δεκτό, αντί της δημιουργίας ενός χάρτη Ρεφλεξολογίας, την δημιουργία ενός βιβλίου με χάρτες από όλη την Ευρώπη – το βλέπουν θετικά, την ετήσια συνάντηση μελών και σπουδαστών Ρεφλεξολογίας της Ευρώπης με σκοπό την ανταλλαγή συνεδριών κατ' επέκταση ανταλλαγή γνώσης. Η ετήσια συνάντηση προτάθηκε να ονομαστεί footcamp και η πρώτη συνάντηση να γίνει στην Ελλάδα – το βλέπουν θετικά.

Νέα από τις παρουσιάσεις των άλλων χωρών πιστεύουμε ότι θα έχουμε στο επόμενο τεύχος, όταν και θα μας τις στείλει ο RiEN.

Στην Ολλανδία βρέθηκαν τέσσερις Έλληνες που εκπροσώπησαν τρεις χώρες. Εκτός από τους δύο της Ελλάδας, συμμετείχαν η Αρμέλ Καστριότη – Γαλλία και Αλίκη Βυθούλκα – Ισπανία! (φωτό)

Σπύρος Δημητράκουλας
Ρεφλεξολόγος
Αντιπρόεδρος του ΣΕΡ

Αφροδίτη Καψίλη
Ρεφλεξολόγος
Αναπληρωματική
Γραμματέας του Π.Ε.Σ.Ρ.

PHYSIO ONE CLASSIC



PHYSIO ONE SMART



PHYSIO ONE LIFTBACK



PHYSIO ONE VOYAGE



ΕΚΔΟΣΕΙΣ



PHYSIO ONE CLASSIC



Βελόνες

Βεντούζες

Μόξα-Ηλεκτρομόξα -
Αξεσουάρ

Ανθρώπινα Μοντέλα

Χάρτες Σημείων
Βελονισμού

Ηλεκτροβελονισμός

Ξύλινα Φορητά

Κρεβάτια &

Εργονομική Καρέκλα

ITME Ltd.

Ιατρικά είδη, Βελονισμός, Ανθρώπινα Μοντέλα, Ιατρικά Βιβλία

Ανδρώνης Στέλιος

Internazionale Tecnica Medica Ed. / ACUPUNCTURE & PHYSIOTHERAPY
3B PRODUCTS - SEIRIN / ΙΑΤΡΙΚΑ ΕΙΔΗ - ΒΙΒΛΙΑ

**ACUPUNCTURE &
PHYSIOTHERAPY**

ITME Ltd.

Ιατρικά είδη, Βελονισμός, Ανθρώπινα Μοντέλα, Ιατρικά Βιβλία



ΧΑΡΤΕΣ ΣΕ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ



Γυαλιά πλέγματος (rip
hole)

Βιβλία

Ιατρικά Πόστερ

Ανατομικά Προπλάσματα

Ιατρικά Εργαλεία

CD Μουσικοθεραπείας

Είδη για
φυσιοθεραπευτές

145, Michalakopoulou str, 11527
Athens, GREECE
Tel +302107778890 Fax 2107710544

Μιχαλακοπούλου 145 ΤΚ 11527 Αθήνα
τηλ. 2107778890 Φαξ 2107710544

www.itme.gr e-mail: itmeltd@otenet.gr



ΜΟΝΤΕΛΟ
ΠΟΔΙΟΥ
ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ

[Σκέψεις του Δ.Σ.]

Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Το καλοκαίρι, ο ήλιος, η θάλασσα και η ξεκούραση μπαίνουν για τα καλά πλέον στην καθημερινότητά μας, δίνοντάς μας έτσι την ευκαιρία να ξαναγεμίσουμε τις μπαταρίες μας που τόσο πολύ έχουμε ανάγκη, έτσι ώστε να ξεκουραστούμε, να χαλαρώσουμε και να αναζωογονηθούμε.

Με την έναρξη κάθε καλοκαιριού κάνει την εμφάνιση του ένα φαινόμενο, που προκαλεί παράπονα από συναδέλφους ρεφλεξολόγους. Το φαινόμενο αυτό αφορά την παροχή υπηρεσιών ρεφλεξολογίας ή μασάζ στους λουόμενους στις παραλίες.

Η θέση του σωματείου απέναντι σ' αυτό το φαινόμενο είναι ότι από την μια κατανοούμε, στις δύσκολες αυτές εποχές που διανύουμε, την ανάγκη ορισμένων συναδέλφων μας για εργασία, σε οποιοδήποτε χώρο και από την άλλη θέλουμε να υπενθυμίσουμε, ότι η οποιαδήποτε μορφή ρεφλεξολογίας σε τέτοιου είδους χώρους, έχει να κάνει περισσότερο με την ανάγκη των συνανθρώπων μας, να χαλαρώσουν και να διασκεδάσουν και όχι για θεραπευτικούς λόγους.

Αρκετοί από τους συνανθρώπους μας στις παραλίες, απολαμβάνουν ευχάριστα τις υπηρεσίες ευεξίας που παρέχει κάποιος συνάδελφος. Είναι μια απόφαση στιγμής, που δεν μπορούμε να θεωρήσουμε ότι έχει αρνητικά αποτελέσματα στην εργασία των οργανωμένων με επαγγελματικούς χώρους ρεφλεξολόγων. Κάποιος που είναι αποφασισμένος να ακολουθήσει ένα συστηματικό και πλήρες σετ συνεδριών ρεφλεξολογίας, να είστε σίγουροι ότι δεν θα το κάνει σε κάποια παραλία, αλλά θα προτιμήσει έναν ευχάριστο χώρο, που θα του προσφέρει ιδιωτικότητα, και την δυνατότητα να ηρεμήσει και να έρθει σε επαφή με τον εαυτό του.

Σκεφτείτε το όλο θέμα και από μια διαφορετική πλευρά, ότι τα λίγα λεπτά που κάποιος θα απολαύσει ρεφλεξολογία στην παραλία, μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για να την γνωρίσει πιο καλά και να απευθυνθεί κάπου οργανωμένα και σωστά. Είναι λοιπόν αρκετά ξεκάθαρα τα πράγματα σχετικά με το τι επιλέγει κάποιος και για ποιο λόγο.

Ας χαρούμε λοιπόν το καλοκαίρι και ας επωφεληθούμε απ' ότι έχει να μας προσφέρει.

Ένα βότσαλο φυλαχτό

Κρατήστε ένα βότσαλο μαζί σας για να το χρησιμοποιείτε σαν ένα είδος φυλαχτού- συγκέντρωση στις πιο αγαπημένες σας προθέσεις. Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν το να μείνετε ήρεμος σε φάσεις έντονου άγχους ή το να υποστηρίξετε τη γνώμη σας σε ένα δύσκολο περιβάλλον ή το να εγκαταλείψετε μια μη επιθυμητή συνήθεια που τόσο θέλατε.

Κρατήστε το βότσαλο στο χέρι σας, κλείστε τα μάτια σας, σκεφθείτε τις υποσχέσεις που θέλετε να κάνετε στον εαυτό σας και πείτε τις σε αυτό.

Μετά, φυλάξτε το στην τσέπη σας σαν μια συνεχόμενη υπενθύμιση των αποφάσεών σας. Ακουμπήστε το βότσαλο όταν το απαιτεί η περίσταση της ζωής σας, σαν άγκυρα επίλυσης και επιβεβαίωσης...



Η ομιλία της οδοντιάτρου κας Γιάτση στην Ημερίδα 2011

Βιβλιογραφική μελέτη της σχέσης των δοντιών ως αντανakλαστικά σημεία με την ομαλή λειτουργία των ανθρώπινων οργάνων και συστημάτων. Παρουσίαση κλινικών περιστατικών

Βρίσκομαι εδώ σήμερα για να παρουσιάσω μία προσπάθεια που αφορά ενδείξεις για την σύνδεση των δοντιών ως αντανakλαστικά σημεία με την λειτουργία των ανθρώπινων οργάνων και συστημάτων. Ας κάνουμε όμως μία μικρή Ιστορική ανασκόπηση που αφορά τους ανθρώπους και τα δόντια τους.

Ο Καθηγητής κ. Μήτσης στην Ιστορία της Οδοντιατρικής ανατρέπει πριν από αιώνες και χιλιετίες για να βρει πως αντιμετώπιζαν οι άνθρωποι τα προβλήματα με τα δόντια τους. Μέχρι ποιού σημείου ο πρωτόγονος άνθρωπος υπέφερε από τα δόντια του

Στοιχεία επαρκή δεν έχουμε. Το γεγονός όμως ότι τα δόντια ήταν από τα κυριότερα όργανα, όχι μόνον για την μάσηση αλλά και για σύλληψη και άμυνα. Η επίθεση σίγουρα οδηγεί στο συμπέρασμα ότι πάθαιναν βλάβες. Στα λείψανα του ανθρώπου του NEANDERTHAL τα δόντια στις γνάθους έχουν απολεσθεί και παρατηρείται ΦΑΤΝΙΟΛΥΣΙΑ (ΑΠΩΛΕΙΑ ΟΣΤΟΥ).

Εξ'αλλου ο πρωτόγονος άνθρωπος είχε συνδυάσει την έννοια της δύναμης με την ύπαρξη των δοντιών, σε κάποιες φυλές τα δόντια μετά την εξαγωγή φυλάσσονταν γιατί η κατοχή τους από άλλους ή από τον εχθρό σήμαινε ότι θα κέρδιζε την δύναμη του πρώτου κατόχου.

Αξιόλογο οδοντιατρικό εύρημα αποτελεί γραπτό κείμενο προερχόμενο από την περιοχή της ΑΣΣΥΡΙΑΣ (700 π.χ.) που βρίσκεται στο Βρετανικό Μουσείο. Ο Ασύριος γιατρός γράφει: «Η φλεγμονή της κεφαλής των χεριών και των ποδιών οφείλεται στα δόντια, πρέπει να εξαχθούν για να γίνει καλά.»

Ερχόμενοι στον Κινέζικο πολιτισμό διαπιστώνουμε πως χρησιμοποιούν τον Βελονισμό για να καταπολεμήσουν τον οδοντόπονο, καθώς και διάφορες ουσίες τις οποίες συνήθως τοποθετούσαν στο ρουθούνι ή το αυτί της αντίθετης πλευράς. Σε διάφορες δε σημειώσεις που έχουν σωθεί αναφέρουν και τον καυτηριασμό στο πιγούνι.

Φυσικά από αυτή την αναφορά μου δεν θα μπορούσε να λείπει ο Ιπποκράτης πατέρας της σύγχρονης ιατρικής που διατύπωσε ιατρικές θεωρίες οι οποίες αντέχουν στην φθορά του χρόνου. Όλα τα βιβλία του Ιπποκράτη αναφέρει ο κ.Μήτσης βρithουν από οδοντιατρικές γνώσεις επειδή ο ίδιος έδινε μεγάλη σημασία στην Διαγνωστική και την παθολογία των δοντιών, των ούλων, γενικά του στόματος. Πάντοτε από εκεί άρχιζε την εξέτασή του, υποστήριζε πως πρέπει να βρίσκουμε από ποιο σημείο ξεκινά η νόσος και σε ποιο σημείο εμφανίζεται εξετάζοντας την σχέση που μπορεί να έχει με τις διάφορες εκδηλώσεις.

Σήμερα φυσικά γνωρίζουμε πως η φλεγμονή στα δόντια επηρεάζει ολόκληρο το σώμα όταν μένει παραμελημένη, είναι φανερό πως η φροντίδα των δοντιών μας συντελεί στην σωστή λειτουργία του οργανισμού μας. Όμως τα δόντια (μεσολαβητές) ως αντανakλαστικά σημεία επηρεάζοντας κέντρα του εγκέφαλου που αφορούν όργανα και συστήματα: Στην προσπάθεια μου να βρω ενδείξεις για αυτό χρησιμοποίησα τις πρότερες γνώσεις και έρευνες σε αυτό τον τομέα. Καθώς και προσωπικές παρατηρήσεις σε κλινικό επίπεδο.

Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να αναφέρω κάτι που εμείς οι οδοντίατροι συναντάμε πολύ συχνά στην κλινική πράξη, είναι το σφίξιμο ή τριξίμο των δοντιών των ασθενών μας που ονομάζουμε «ΒΡΥΓΜΟ». Πρόσφατες έρευνες διαπίστωσαν ότι για τον «ΒΡΥΓΜΟ» δίνεται εντολή κατευθείαν από το Νευρικό σύστημα, έτσι ώστε είναι ανεξέλεγκτος από τον ασθενή. Συχνά υπάρχουν άνθρωποι που συνειδητοποιούν τι κάνουν, αφού εμείς παρατηρήσουμε τα σημεία στα δόντια. Οι περισσότεροι μάλιστα από αυτούς το κάνουν την νύχτα, κατά την διάρκεια του ύπνου, και γίνεται αντιληπτό μόνο από τους οικείους τους. Οδοντιατρικά αντιμετωπίζουμε αυτό το πρόβλημα τοποθετώντας συνήθως ειδικούς νάρθηκες για να περιορίσουμε την υπερπίεση δοντιών και την υπερλειτουργία των μυών. Χαρακτηριστικά συμπτώματα σε αυτά τα άτομα είναι οι πρωϊνοί πονοκέφαλοι, το “πίσιμο” των μυών της γνάθου και ένας χαρακτηριστικός ήχος που ακούγεται όταν προσπαθούν να ανοίξουν το στόμα τους που ονομάζεται «ΚΛΙΚΙΝΓΚ».

Ρεφλεξολογικά κοιτώντας αυτό το πρόβλημα σίγουρα θα προβληματιστούμε για ποια επίδραση θα έχει στην λειτουργία των οργάνων και συστημάτων μια τέτοια υπερβολική πίεση, καθώς η δύναμη που ασκείται κατά τον «ΒΡΥΓΜΟ» είναι ασυνείδητη και υπερβολικά μεγάλη.

Στην πορεία της έρευνάς μου, προσπαθώντας να βρω την σύνδεση ανάμεσα στα δόντια και το υπόλοιπο σώμα, την προσοχή μου κέρδισε μία παράγραφος στο βιβλίο της Στοματολογίας του Κ. Αγγελόπουλου. « Σε σπάνιες περιπτώσεις οι ιστοί του σώματος είναι δυνατόν να προσβληθούν από **μεταστατικούς όγκους** που προέρχονται από διάφορα όργανα ή περιοχές του σώματος. Ανάμεσα στους πιο συνηθισμένους είναι αυτοί των πνευμόνων, του μαστού και του παχέως εντέρου, συνέχιζε δε παρατηρώντας πως συχνότερα φαίνεται να προσβάλλεται η κάτω γνάθος και ιδιαίτερα η περιοχή των γομφίων και προγομφίων».

Αν ανατρέξουμε στους χάρτες μας θα δούμε πως στους κάτω προγόμφιους είναι το αντανakλαστικό σημείο για τον μαστό. Στους γομφίους δε, είναι τα αντανakλαστικά σημεία του παχέως

εντέρου και των πνευμόνων. Έχουμε λοιπόν εδώ μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα συσχέτιση που χρειάζεται περισσότερη διερεύνηση.

Ήρθε λοιπόν η ώρα να δούμε μερικά περιστατικά ασθενών. Τα διάλεξα ανάμεσα σε πολλά λόγω της χαρακτηριστικής και πολύ επικεντρωμένης σχέσης δοντιών και παθήσεων που παρουσιάζουν.

1ο περιστατικό: γυναίκα 50 ετών.

Αναφέρει στο ιστορικό της καρκίνο του μαστού στον δεξιό μαστό με αφαίρεσή του. Η πανοραμική ακτινογραφία που ζητήθηκε από την ασθενή παρουσίαζε μια έκπληξη. Βλέπουμε πως υπάρχει μια γέφυρα στους 45-44 και 43. Ο λόγος είναι η έλλειψη του 44. Κάτω όμως από αυτόν υπάρχει μια βλάβη που μοιάζει με δόντι και περιβάλλεται από κύστη. Αυτός είναι καλοήγησ οδοντογενής όγκος. Με βάση την βιβλιογραφία εμφανίζεται σε ποσοστό 60% στη 2η και 3η δεκαετία της ηλικίας και ιστολογικά αποτελείται από οδοντικές ουσίες. Με βάση τους χάρτες μας ο 44 και 45 είναι τα αντανakλαστικά σημεία του μαστού. Το «σύνθετο οδόντωμα» όπως ονομάζεται η βλάβη βρίσκεται κάτω από τον 44.



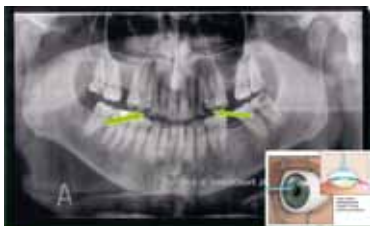
2ο περιστατικό: γυναίκα 43 ετών.

Η ασθενής αναφέρει στο ιστορικό της βαλβιδοπάθεια εκ γενετής και ιδιαίτερη ευαισθησία στο αναπνευστικό σύστημα. Δεν ήταν ποτέ ούτε είναι καπνίστρια. Τα δόντια 18 και 28 είναι έγκλειστα στο κόκκαλο. Να θυμίσω ότι οι 18 και 28 είναι Α.Σ. της καρδιάς. Επίσης οι 15 και 25 έχουν συγγενή έλλειψη, δεν υπάρχουν δηλαδή καθόλου και οι 14 και 24 έχουν πάρει στροφή και χρειάστηκαν απονεύρωση. Οι 15 και 25 είναι Α.Σ. των πνευμόνων, το ίδιο βέβαια και οι 14 και 24.



3ο περιστατικό άντρας 40 ετών

Παρουσιάζει τερηδόνες όχι ιδιαίτερα μεγάλου βαθμού εκτός από τον 13 και τον 23 που είναι ιδιαίτερα κατεστραμμένοι. Σε ερώτηση για το θέμα της όρασης, καθώς δεν φορούσε γυαλιά, συνέδεσα τα 13 και τα 23 (Α.Σ. των ματιών ανάμεσα σε



άλλα) μου ανέφερε ότι είχε πολύ μυωπία που πρόσφατα αποκατέστησε με επέμβαση.

4ο περιστατικό γυναίκα 38 ετών

Ξαφνικός πόνος και έντονος τερηδονισμός στον προγόμφιο 15 χωρίς να είναι άτομο με ιδιαίτερα οδοντικά προβλήματα. Στο ιστορικό της αναφέρει ότι την συγκεκριμένη περίοδο έχει παρουσιάσει πρόβλημα στον θύμο αδένα που σχετικά σπάνια παρουσιάζει πρόβλημα σε ενήλικες αφού θεωρείται ανενεργό όργανο. Είναι χαρακτηριστικό ότι ακριβώς στον 15 ο dr. Voll δίνει το Α.Σ. του θύμου αδένα.



5ο περιστατικό γυναίκα ηλικίας 43 ετών

Αναφέρει στο ιστορικό της σαρκοείδωση (ένα αυτοάνοσο νόσημα των πνευμόνων). Ο 36 ήταν απονευρωμένος και έγινε εξαγωγή και ο 46 παρουσιάζει επίσης πρόβλημα. Οι 46 και 36 αναφέρονται ως Α.Σ. των πνευμόνων.



Θα μπορούσαν λοιπόν τα δόντια να είναι «μεσάζοντες» στην κινητοποίηση εγκεφαλικών κέντρων που αφορούν τη λειτουργία των οργάνων και συστημάτων μας. Όπως αναφέρει ο κύριος Νικολούλιας, για να απαντηθεί αυτό το ερώτημα θα χρειαστεί εξειδικευμένη παρατήρηση που θα βασίζεται σε στατιστικές παραμέτρους.

Με κύριο λοιπόν σκοπό την κινητοποίηση όλων μας για την φροντίδα των δοντιών μας και των δοντιών των ανθρώπων που βοηθάμε και την επιδίωξη της ολιστικής αντιμετώπισης των προβλημάτων τους, δίνω την υπόσχεση ότι θα συνεχίσω να παρατηρώ κλινικά και ακτινογραφικά σημάδια που συνδέουν τη ρεφλεξολογία με την οδοντιατρική.

Ευχαριστώ για την προσοχή και την υπομονή σας!

Είμαι χειρουργός οδοντίατρος και αποφοίτησα πρόσφατα από το τμήμα ρεφλεξολογίας της σχολής NHS.

Ευχαριστούμε ιδιαίτερα την κα Γιάτση. Θέλουμε να επισημάνουμε στους αναγνώστες μας ότι η ομιλία της δημοσιεύεται όπως ακριβώς παρουσιάστηκε στην ημερίδα μας το Μάρτιο, με αφαίρεση κάποιων περιστατικών λόγω έλλειψης χώρου, τα οποία όμως θα αναρτηθούν στο blog του κ. Σπύρου Δημητράκουλα.

<http://spirosreflexologia.blogspot.com/>.



PAPIMI

ΠΑΛΜΙΚΑ ΜΑΓΝΗΤΙΚΑ ΠΕΔΙΑ



CE 0044

ΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΕΥΕΞΙΑ-ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ

Η συσκευή Papimi αποτελεί την πιο εξελιγμένη μορφή παλμικών μαγνητικών πεδίων, καθώς οι μοναδικοί νανοπαλμοί της χαρακτηρίζονται από μεγάλη ένταση και μικρή διάρκεια, ώστε να εξασφαλίζεται η διεισδυτικότητα και η απορροφητικότητά τους.

Παρουσιάζει εξαιρετικά αποτελέσματα σε περιπτώσεις όπως:

- ✓ Μυοσκελετικά προβλήματα
- ✓ Αυχενικό σύνδρομο
- ✓ Πόνος/Οίδημα/Φλεγμονή
- ✓ Αθλητικούς τραυματισμούς
- ✓ Θλάσεις/Κατάγματα/Διαστρέμματα
- ✓ Επούλωση πληγών/κατακλίσεων
- ✓ Εγκαύματα
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Οστεοπόρωση
- ✓ Χρόνια κόπωση



PULSE DYNAMICS

TEL. 210-9270807

FAX 210-9011620

www.papimi.com | papimi@papimi.gr

Συνέντευξη του κ. Παναγιώτη Παπιά για το περιοδικό Εναρμόνιση

• Ερ. Πώς λειτουργεί η συσκευή Papimi?

Με τη χρήση εξαρτημάτων και μεθόδων υψηλής τεχνολογίας, η συσκευή αποθηκεύει ενέργεια την οποία απελευθερώνει απότομα και βίαια, ώστε να αποδώσει στην έξοδο μαγνητικούς παλμούς πολύ μικρής διάρκειας και υψηλής έντασης. Οι συγκεκριμένοι νανοπαλμοί διεισδύουν στους ιστούς χωρίς να προκαλούν αύξηση της θερμοκρασίας. Όλα τα ζωντανά κύτταρα εμφανίζουν μία διαφορά δυναμικού ανάμεσα στο εσωτερικό τους και το εξωτερικό περιβάλλον, γνωστή ως «διαμεμβρανικό δυναμικό». Τα υγιή κύτταρα έχουν περίπου -70mV διαμεμβρανικό δυναμικό. Το δυναμικό αυτό είναι εξαιρετικής σημασίας για τη λειτουργία του κυττάρου, καθώς χάρη σε αυτό τα κύτταρα έλκουν ουσίες (ιόντα) από το εξωτερικό περιβάλλον τους. Τα ασθενή κύτταρα εμφανίζουν μειωμένο διαμεμβρανικό δυναμικό. Οι νανοπαλμοί της συσκευής Papimi αυξάνουν αυτό το δυναμικό βοηθώντας τα κύτταρα να επανέλθουν στη φυσιολογική τους κατάσταση, ενισχύοντας ταυτόχρονα την αντλία Καλίου-Νατρίου, με αποτέλεσμα να βελτιώνεται η προσφορά ενέργειας σε αυτά.

• Ερ. Είναι ασφαλής?

Είναι απόλυτα ασφαλής, και αυτό επιτυγχάνεται από την υψηλή ποιότητα κατασκευής και τα πολλαπλά συστήματα ασφαλείας που διαθέτει. Έχει άλλωστε, ελεγχτεί και πιστοποιηθεί για την ασφάλεια από τους διαπιστευμένους αρμόδιους φορείς Ε.Λ.Κ.Ε.Π.Η.Υ και TUV NORD CERT GmbH, με ISO9001:2008, ISO13485:2003+AC2007 καθώς και για τη συμμόρφωση με την Ευρωπαϊκή οδηγία MDD93/42/EEC. Κατόπιν αυτών έχει πάρει το απαραίτητο CE Mark (CE0044). Επιπλέον, έχει λάβει πι-

στοποιητικό ελεύθερης κυκλοφορίας από τον Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων (ΕΟΦ). Επίσης, να αναφέρουμε ότι εκτός από την Ευρώπη, έχει πλήρως εγκριθεί ως ιατρική συσκευή σε χώρες όπως Αυστραλία, Καναδάς, Λατινική Αμερική, Ρωσία στις οποίες χρησιμοποιείται ευρέως. Τέλος πρέπει να επισημάνουμε πως μετά από 15 και πλέον χρόνια λειτουργίας της συσκευής Papimi ανά τον κόσμο, δεν έχει αναφερθεί καμία αρνητική παρενέργεια.

• Ερ. Σε τι διαφέρει από την κλασική/κοινή μαγνητο-θεραπεία?

Η μεγάλη διαφορά είναι το μαγνητικό πεδίο που παράγει. Σε αντίθεση με τις κοινές μαγνητοθεραπείες, η συσκευή Papimi παράγει ένα ιδιαίτερο και μοναδικό παλμικό μαγνητικό πεδίο και όχι συνεχές. Επιπλέον οι νανοπαλμοί της είναι πολύ μεγαλύτερης έντασης ώστε να έχει άμεσα και εντυπωσιακά αποτελέσματα σε ένα μεγάλο εύρος εφαρμογών. Μία δοκιμή αρκεί για τον καθένα να αντιληφθεί την υπεροχή αυτή.

• Ερ. Ποιος μπορεί να τη χρησιμοποιεί - περιορισμοί?

Οποιοσδήποτε ανεξαρτήτου ηλικίας, αρκεί να μην φέρει βηματοδότη ή οποιοδήποτε άλλο ηλεκτρονικό ή μεταλλικό εμφύτευμα. Επίσης για ευνόητους λόγους αποφεύγεται η εφαρμογή σε εγκύους. Εννοείται φυσικά πως η θεραπεία γίνεται μετά από οδηγίες αρμόδιου ιατρού ή φυσιοθεραπευτή για τον τρόπο και τη συχνότητα των εφαρμογών.

Περισσότερες λεπτομέρειες θα βρείτε στην ιστοσελίδα www.papimi.com

Αιμορροΐδες: Ένα σύγχρονο πρόβλημα

Το άρθρο της κας Φραγκάκη μας εξηγεί τι ακριβώς είναι οι αιμορροΐδες και πώς μπορούμε με φυσικούς τρόπους να αντιμετωπίσουμε αυτό το βασανιστικό πρόβλημα της σημερινής εποχής. Την ευχαριστούμε πολύ.

Πόσοι άνθρωποι μας λένε πως έχουν αιμορροΐδες και πόσοι δεν μας το λένε και το καταλαβαίνουμε εμείς.

Τι είναι οι αιμορροΐδες; Ποιες είναι οι αιτίες που παρουσιάζονται; Και τι πρέπει να συμβουλευόμαστε αυτούς τους ανθρώπους;

Αιμορροΐδες είναι οι κιρσώδεις φλέβες γύρω από τον πρωκτό.

Το πρόβλημα ξεκινά όταν οι αιμορροΐδες διογκώνονται, μεγαλώνουν και φουσκώνουν και οι ιστοί που τις συγκρατούν χαλαρώνουν

Οι αιμορροΐδες μπορεί να είναι εσωτερικές, βρίσκονται στο ορθό έντερο, δεν φαίνονται και το μοναδικό σύμπτωμα είναι η αιμορραγία ή να είναι εξωτερικές, αυτές εμφανίζονται στην περιοχή του πρωκτού και είναι επώδυνες.

Τα συμπτώματα είναι πόνος και κνησμός στη περιοχή του πρωκτού, αιμορραγία, έκκριση βλέννας, τοπικός ερεθισμός, αίσθηση ατελούς αφόδευσης

Οι κυριότερες αιτίες είναι η δυσκοιλιότητα, τα σκληρά κόπρανα, η εγκυμοσύνη και ο τοκετός, ο έντονος βήχας, η άρση βαριών αντικειμένων λόγω εργασίας, η μεγάλη ηλικία, η συνήθεια ορισμένων ατόμων να σπαταλούν πολύ χρόνο στην τουαλέτα, η ορθοστασία και η καθιστική ζωή, η παχυσαρκία, το αλκοόλ και η κληρονομική προδιάθεση.

Χωρίς να παύουν να ισχύουν τα πιο πάνω άλλες αιτίες σύμφωνα με την φυσική θεραπευτική είναι η κληρονομική αδυναμία απορρόφησης ορισμένων αλάτων του ασβεστίου και κυρίως του φθοριούχου ασβεστίου, το οποίο λέγεται και ελαστικό άλας γιατί είναι αυτό που δίνει την ελαστικότητα στους ιστούς, η λάθος διατροφή και κατά συνέπεια η δυσκοιλιότητα, ο καταπιεσμένος θυμός, συναισθηματικό οποίο επηρεάζει το συκώτι. Η ενέργεια στο μεσημβρινό του συκωτιού που διασχίζει την βουβωνική περιοχή πλεονάζει και έτσι υπάρχει ένα τράβηγμα σε όλο το μήκος του που προκαλεί σφίξιμο στον πρωκτό, αιμορροΐδες και προβλήματα στα γεννητικά όργανα. Συνήθως οι άνθρωποι αυτοί είναι ισχυρογνώμονες, οξύθυμοι αλλά και υπερευαίσθητοι στους οποίους πολλές φορές διακρίνεται μια πικρία.

Πριν περάσουμε στους φυσικούς τρόπους αντιμετώπισης πρέπει εδώ να επισημάνουμε ότι αιμορροΐδες πρέπει να διακρίνονται από άλλες αιτίες αιμορραγίας από το έντερο που δεν είναι πάντοτε καλοήθεις. Αιμορραγία από το κατώτερο γαστρεντερικό σύστημα δεν προκαλείται μόνον από αιμορροΐδες, αλλά και από άλλες καλοήθεις ή κακοήθεις παθήσεις όπως π.χ. κολίτιδα, πολύποδες, εκκολπώματα και καρκίνος του παχέος εντέρου. Για τον παραπάνω λόγο, το αίμα

από τον πρωκτό πρέπει να ερευνάζεται πάντοτε με ενδοσκοπική εξέταση (ορθοσκόπηση, σιγμοειδοσκόπηση ή κολοσκόπηση). Ωστόσο, το αίμα από τις αιμορροΐδες είναι ζωηρά ερυθρό, και αυτές διαγιγνώσκονται κατά κανόνα με επισκόπηση του πρωκτού και επιφανειακή ψηλάφηση.

Τι πρέπει να κάνει ο άνθρωπος που πάσχει από αιμορροΐδες;

- Να φροντίζει την καλή λειτουργία του εντέρου, για τον λόγο αυτό συμβουλευόμαστε τροφές πλούσιες σε φυτικές ίνες. Ο χυμός αλόης και ο λιναρόσπορος θα βοηθήσουν στην καλή λειτουργία του εντέρου
- Να πίνει αρκετό νερό
- Να αποφεύγει το πολύ κρέας, τα καυτερά φαγητά, το οινόπνευμα και τα τηγανητά
- Να προσέχει την καθαριότητα στη περιοχή μετά την αφόδευση
- Να κάνει τοπικές επαλείψεις με ζελέ αλόης, ή βαλασαμέλαιο, ή λάδι Αχιλλέας μέσα στο οποίο προσθέτουμε λίγες σταγόνες αιθέριο έλαιο κυπαρισσιού, λάδι με αμαμελίδα, ή κρέμα με αγριοκαστανιά
- Να παίρνει ως συμπλήρωμα βιταμίνη C με βιοφλαβονοειδή για την ενίσχυση των τοιχωμάτων των αγγείων και βιταμίνη E για τη καλή κυκλοφορία και την αποφυγή των θρομβώσεων
- Τα βότανα που ενδείκνυνται για αυτή την περίπτωση είναι αγριοκαστανιά (*Aesculus hippocastanus*), αμαμελίδα (*Hamamelis*), *Ginkgo biloba*, μύρτιλλος (*Bilberry*) και *Ruscus*, όπως και βότανα για το συκώτι *Taraxacum*, *Centaureum*, *Arctium lappa* και *Silybum marianum* (γαιδουράγκαθο)
- Θα βοηθήσουν πολύ τα ομοιοπαθητικά φάρμακα για την ιδιοσυγκρασία του όπως και τα βιοχημικά άλατα (*Schuessler*) Φθοριούχο ασβέστιο για την ελαστικότητα των ιστών και Φωσφορικός σίδηρος για την φλεγμονή και την αιμορραγία

Η Ρεφλεξολογία ως ολιστική μέθοδος μόνη της ή σε συνδυασμό με τα πιο πάνω έχει πολύ καλά αποτελέσματα.

Δουλεύουμε φυσικά το αντανάκλαστικό σημείο των αιμορροΐδων στο πέλμα (αν υπάρχουν αιμορροΐδες το αντίστοιχο σημείο στη φτέρνα είναι σκληρό). Αλλά κυρίως τα αντανάκλαστικά σημεία του παχύ και λεπτού εντέρου για την αποφυγή της δυσκοιλιότητας και την καλή απορρόφηση των μετάλλων και βιταμινών. Φροντίζουμε το κυκλοφορικό σύστημα.

Κάνουμε τεχνικές χαλάρωσης, εξισορροπούμε ορμονικό και νευρικό σύστημα και τα ενεργειακά κέντρα για να μπορέσει ο άνθρωπος να είναι πιο εκδηλωτικός, λιγότερο εσωστρεφής, να αναθεωρήσει τον τρόπο σκέψης του και να ζει πιο αρμονικά με το περιβάλλον του. Επίσης προσπαθούμε να αποφορτίσουμε τον μεσημβρινό του συκωτιού από την πλεονάζουσα ενέργεια, όπως και από το συκώτι και την χολή για τους λόγους που αναφέρθηκαν πιο πάνω αφού είναι τα όργανα που επηρεάζονται από τον θυμό και την θλίψη.

Μαίρη Φραγκάκη

Βιολόγος Ρεφλεξολόγος Φυσιοπαθητικός

WHO IS WHO: ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

Υπό την αιγίδα του Universal Studies of Health and Business

Η Ελληνική Ομάδα Έρευνας Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών Θεραπειών δημιουργήθηκε το 2009 όταν η σχολή αποφάσισε να στηρίξει μια ομάδα ανεξάρτητων ερευνητών που δραστηριοποιούνταν στις επιστήμες των φυσικών θεραπειών. Σήμερα το τμήμα αυτό αποτελείται από ιατρούς, ομοιοπαθητικούς ιατρούς, φυσιοθεραπευτές, διατροφολόγους και άλλους συμπληρωματικούς θεραπευτές κυρίως ρεφλεξολόγους. Το έργο του τμήματος στηρίζεται από μόνιμους αλλά και ανανεούμενους εξωτερικούς επιστημονικούς συνεργάτες (ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε επιστημονικού προγράμματος). Κύριος στόχος του τμήματος είναι η παραγωγή νέας γνώσης μέσα από την τεκμηρίωση και την επιστημονική έρευνα. Η προσπάθεια αυτή έχει σαν σκοπό να αναδείξει την ολιστική θεραπευτική προσέγγιση, και την σπουδαιότητα της συνεργασίας της κλασσικής θεραπευτικής (ιατρική) με τις φυσικές μεθόδους θεραπείας.

Στο 3ο Πανευρωπαϊκό συνέδριο συνδυαστικής ιατρικής (integrative medicine), που πραγματοποιήθηκε στο Βερολίνο, στις 3 και 4 Δεκεμβρίου του 2010, η ομάδα

μας δέχθηκε πρόταση συνεργασίας από το CAMbrella. Το CAMbrella, αποτελεί ένα Πανευρωπαϊκό Ερευνητικό Δίκτυο με στόχο την χαρτογράφηση των εναλλακτικών και συμπληρωματικών θεραπειών στην Ευρώπη. Αποτελείται από 16 ακαδημαϊκές ερευνητικές ομάδες από 12 χώρες.

Κύριο μέλημα του CAMbrella είναι η αποσαφήνιση της κατάστασης των Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών θεραπειών στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Παρά το γεγονός πως οι Συμπληρωματικές και Εναλλακτικές θεραπείες είναι διαδεδομένες και χρησιμοποιούνται από τους πολίτες της Ε.Ε, παρατηρείται ετερογένεια μεταξύ του ορισμού, της ορολογίας, του νομικού καθεστώτος εφαρμογής καθώς και στην προσέγγιση τους, από χώρα σε χώρα. Το έργο του CAMbrella στοχεύει στο να αξιολογήσει τις συνθήκες που περιβάλλουν την παροχή των ΣΕΘ στην Ευρώπη και να αναπτύξει ένα ευρωπαϊκό δίκτυο για την έρευνα στις ΣΕΘ.

Η διάρκεια του προγράμματος του CAMbrella, είναι 36 μήνες και ξεκίνησε τον Ιανουάριο του 2010. Οι χώρες που συμμετέχουν συνεργάζονται για την συλλογή και επεξεργασία των παρακάτω πληροφοριών:

- Την δημιουργία κοινής ορολογίας για την κατανόηση των ΣΕΘ
- Το ισχύον νομικό καθεστώς για τις ΣΕΘ στις χώρες της Ε.Ε
- Την ζήτηση που έχουν οι ΣΕΘ από τους ασθενείς

- Την κατανόηση των αναγκών των πολιτών της Ε.Ε, και την σχέση τους με τις ΣΕΘ.

Η Ελληνική Ομάδα Έρευνας Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών Θεραπειών, στο πλαίσιο της συνεργασίας με το CAMbrella, ξεκίνησε την Πανελλήνια Καταγραφή Περιστατικών Ρεφλεξολογίας (Registry), προκειμένου να καταγραφούν τα περιστατικά ασθενών που δέχονται ρεφλεξολογία στην χώρα μας. Ο τελικός στόχος είναι η αποτύπωση της εικόνας της ρεφλεξολογίας στην Ελλάδα, καθώς και η δημιουργία μιας τράπεζας περιστατικών όπου ο κάθε ρεφλεξολόγος θα μπορεί να απευθύνεται για να ενημερώνεται, ενώ ταυτόχρονα θα αποτελέσει και ένα εργαλείο διεκδίκησης μιας αξιολογικής θέσης της ρεφλεξολογίας στα επαγγέλματα υγείας.

Μέχρι τώρα, η συλλογή καταγραφής περιστατικών έχει φτάσει τα 450 περιστατικά, αν και θεωρούμε ότι οι ασθενείς που έχουν δεχτεί ρεφλεξολογία στην χώρα μας είναι πολύ περισσότεροι, και θα θέλαμε περισσότερα περιστατικά για να απεικονιστεί η εικόνα της ρεφλεξολογίας όσο το δυνατόν καλύτερα.



Μετά την επιτυχημένη πρώτη παρουσία, συνεχίζουμε και στο 4ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο ΣΕΘ, που θα πραγματοποιηθεί στο Βερολίνο στις 7-8 Οκτωβρίου 2011, με τις ακόλουθες εργασίες:

1. Pain management and reflexology, a qualitative evaluation. (Διαχείριση πόνου και ρεφλεξολογία, ποιοτική αξιολόγηση).
2. A new proposal for History taking in complementary medicine therapies. (Μια

νέα πρόταση στον τρόπο λήψης ιστορικού στις συμπληρωματικές ιατρικές θεραπείες).

3. A Suggested model for constructing and individualized therapeutic plan, in complementary medicine. (Ένα προτεινόμενο μοντέλο για τον σχηματισμό και την εξατομίκευση του θεραπευτικού πλάνου, στην συμπληρωματική ιατρική).

4. Case report of a patient suffering from cervical focal myelopathy treated with reflexology. (Αναφορά περιστατικού ασθενή που πάσχει από αυχενική μυελοπάθεια και αντιμετωπίστηκε με ρεφλεξολογία).

Ελίνα Καραμιχάλη

Ρεφλεξολόγος,

μέλος του Hellenic Natural therapies research team

Η ΥΓΕΙΑ

ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Ο υδράργυρος ανεβαίνει, το καλοκαίρι μόλις μπήκε και η αγωνία όλων είναι τα «περιττά» κιλά του χειμώνα. Άραγε αυτή η τακτική είναι σωστή; Ή μήπως πρέπει να επιλέξουμε έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής που να μη μας φορτώνει με τύψεις από τις κακές μας διατροφικές συνήθειες;

Η αυξημένη φυσική δραστηριότητα σε συνδυασμό με μια ισορροπημένη διατροφή μπορεί να βοηθήσει στη διατήρηση καθώς και στην απώλεια του σωματικού βάρους. Το κολύμπι, οι περίπατοι και τα παιχνίδια στην παραλία αποτελούν αναμφισβήτητα πολύτιμους σύμμαχους στην προσπάθειά μας.

Η αύξηση της θερμοκρασίας, έχει σαν αποτέλεσμα, την αυξημένη αποβολή ιδρώτα, δηλαδή την αποβολή των ηλεκτρολυτών από το σώμα και τη διαταραχή της ισορροπίας των υγρών του σώματος, η οποία πρέπει να επανέλθει. Για αυτό το λόγο, θα πρέπει να πίνουμε αρκετό νερό, περίπου 1-2 λίτρα ημερησίως (πάντοτε εξαρτάται από το βάρος του κάθε ατόμου), ακόμη κι αν δεν έχουμε διψήσει, διότι η δίψα αποτελεί δείκτη αφυδάτωσης. Κατά τη διάρκεια της ημέρας είναι καλό να καταναλώνουμε μόνο νερό και όχι αναψυκτικά που περιέχουν ζάχαρη, αλκοολούχα και καφεϊνούχα ποτά που προκαλούν αφυδάτωση.

Επίσης πρωταρχικό ρόλο παίζει και η αυξημένη κατανάλωση φρούτων και λαχανικών που περιέχουν σημαντική περιεκτικότητα νερού. Το 85-90% του βάρους τους αποτελείται από νερό. Συμπερασματικά, μας βοηθούν να βελτιώσουμε τα επίπεδα ενυδάτωσης στον οργανισμό μας. Είναι αναγκαίο να καταναλώνουμε 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως, αφού είναι πλούσια σε βιταμίνες, μέταλλα ιχνοστοιχεία και φυτικές ίνες. Δεν ισχύει η άποψη πως κάποια φρούτα και λαχανικά έχουν αυξημένο θερμιδικό περιεχόμενο, όπως το καρπούζι, τα κεράσια και τα παντζάρια αφού δεν παύουν να ανήκουν στην κατηγορία των φρούτων και των λαχανικών, αρκεί να καταναλώνονται με μέτρο.

Τα περισσότερα φρούτα καλό είναι να τρώγονται

με το φλοιό τους, αρκεί να έχουν πλυθεί πολύ καλά, εξαιτίας της κυτταρίνης που περιέχουν, ουσίας απαραίτητης στον οργανισμό. Αρκετά είναι τα φρούτα που περιέχουν τη βιταμίνη C, η οποία λειτουργεί ως αντιοξειδωτική ουσία με αποτέλεσμα να προστατεύει τον οργανισμό από τον καρκίνο και από καρδιαγγειακές παθήσεις, βοηθά στην απορρόφηση του σιδήρου από τις τροφές και μειώνει τα συμπτώματα της γρίπης. Τέτοια φρούτα είναι το πορτοκάλι, το μανταρίνι, το καρπούζι, το πεπόνι και οι φράουλες. Επίσης, όλα τα κόκκινα, πράσινα και μαύρα φρούτα περιέχουν τη βιταμίνη A, ουσία που βοηθά στην καλή όραση. Καλό είναι να επιλέγουμε εποχιακά φρούτα και λαχανικά, ώστε να είναι όσο το δυνατόν περισσότερο φυσικά, χωρίς την επίδραση φαρμάκων και ορμονών.

- Απρίλιος-Μάιος: Αχλάδια, Μήλα, Πορτοκάλια, Αγκινάρες, Αρακάς, Κουκιά Κρεμμυδάκια Φρέσκα, Άνηθος, Καρότα Κολοκυθάκια, Λεμόνια, Μαρούλια
- Ιούνιος-Ιούλιος: Ροδάκινα, Νεκταρίνια, Καρπούζι, Πεπόνι, Αχλάδια, Δαμάσκηνα, Μούσμουλα, Φασολάκια, Ντομάτες Κολοκυθάκια, Βλήτη, Μελιτζάνες
- Αύγουστος-Σεπτέμβριος : Σύκα, Καρπούζι, Πεπόνι, Βανίλιες, Μπουρνέλες, Κορόμηλα, Γαρμάδες, Σταφύλια, Κολοκυθάκια, Ντομάτες

Αναπόσπαστο κομμάτι, αποτελεί η κατανάλωση του πρωινού γεύματος, όπου είναι απαραίτητο να εμπεριέχεται κάποιο γαλακτοκομικό προϊόν, με σκοπό την πρόσληψη του Ca, για την αποφυγή οπιασδήποτε συσχετιζόμενης πάθησης με τα οστά.

Στη συνέχεια, τα κυρίως γεύματα, καλό είναι να περιοριστούν σε ένα ημερησίως και κατά προτίμηση στο μεσημεριανό, πάντα με τη συνοδεία

μιας καλής μερίδας λαχανικών.

Τέλος, όσον αφορά τις καλοκαιρινές νυχτερινές εξορμήσεις, είναι προτιμότερο να επιλέγει κανείς κρασί ή μπύρα και όχι ποτά με αυξημένη περιεκτικότητα αλκοόλης και ζάχαρης όπως για παράδειγμα το λικέρ και τα cocktail. 2 με 3 μερίδες αλκοόλης κατά τη διάρκεια των διακοπών είναι ένα αποδεκτό μέτρο.



ΕΞΑΙΡΕΣΗ ΑΠΟ ΟΑΕΕ ΒΑΣΕΙ Ν. 2084/92 άρθρο 39

1. Βεβαίωση από ΙΚΑ βάσει Ν.2084/92 άρθρο 39(ότι είναι νέος ασφ/νος).· Η βεβαίωση αυτή θα περιλαμβάνει αναλυτικά τα χρονικά διαστήματα ασφάλισης καθώς και ότι συνεχίζει ασφαλισμένος κατά την ημερομηνία έκδοσης της βεβαίωσης.
2. Βεβαίωση από εργοδότη που θα αναφέρει από πότε εργάζεται και ότι συνεχίζει μέχρι σήμερα με πρόσφατη ημερομηνία έκδοσης.
3. Μισθωτήριο Συμβόλαιο Επαγγελματικής έδρας ή Συμβόλαιο Ιδιοκτησίας.
*** Αν η έδρα ανήκει σε τρίτο πρόσωπο απαιτείται Υπεύθυνη δήλωση παραχώρησης με το γνήσιο υπογραφής θεωρημένο & Συμβόλαιο αγοράς ή Ε9. Σε περίπτωση που δηλώνεται ως επαγγελματική στέγη η κατοικία και από το περιεχόμενο του μισθωτηρίου δεν παρέχεται δυνατότητα χρησιμοποίησης του μισθίου ως επαγγελματικού χώρου, υπεύθυνη δήλωση του μισθωτή, σχετικά με την παραχώρηση”
4. Εξουσιοδότηση θεωρημένη με το γνήσιο της υπογραφής όταν η εξαίρεση γίνει από τρίτο πρόσωπο.
5. Ε 1 ή Εκκαθαριστικά Δ.Ο.Υ. τελευταίας 5ετίας (φωτοτυπία)
6. Τα τελευταία ένσημα του Ι.Κ.Α. Για τα ένσημα που δεν έχουν ακόμη αποδοθεί, βεβαίωση του εργοδότη με σφραγίδα από το Ι.Κ.Α. ότι έχει παραληφθεί όμοιο αντίγραφο.
7. 2 φωτοτυπίες ταυτότητας
8. Σύσταση εταιρείας (αφορά μέλη εταιρειών)
9. Βιβλιάριο ασθενείας και βιβλιάριο εισφορών (ΟΑΕΕ)
10. Τελευταίο ΦΠΑ φωτοτυπία
11. Υπεύθυνη δήλωση σύμφωνα με το υπόδειγμα

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ

- Επιλέγω σαν ασφαλιστικό φορέα το Θα ασκήσω ή εξασκώ το επάγγελμα του με έδρα ενώ παράλληλα δουλεύω και έχω ασφάλεια Σε περίπτωση που σταματήσει η ασφάλεια μου στο έχω την υποχρέωση να γραφτώ στο ΟΑΕΕ. διαφορετικά με τη λήξη της εξαίρεσης θα προσκομίσω δικαιολογητικά για την ανανέωση της. Πριν την 1/1/93 δεν ασκούσα καμία δραστηριότητα.
- Έλαβα γνώση ότι σε περίπτωση αλλαγής εργοδότη, υποχρεούμαι εντός 6μήνου να προσκομίσω τα απαιτούμενα δικαιολογητικά για επιλογή ασφαλιστικού φορέα.
- Έλαβα γνώση ότι για οποιαδήποτε μεταβολή επέρχεται στα δηλωθέντα στοιχεία είμαι υποχρεωμένος να ενημερώνω τον Οργανισμό.
- Οι φωτοτυπίες που σαν προσκομίζω, είναι γνήσια αντίγραφα των πρωτοτύπων.
- *** Δεν έχω ξαναγραφτεί στον ΟΑΕΕ(ΤΕΒΕ-ΤΑΕ-ΤΣΑ) με οποιοδήποτε επάγγελμα ούτε ατομικά ούτε ως μέλος εταιρίας σε όλη την επικράτεια.

ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΓΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗ ΣΤΑ ΜΗΤΡΩΑ ΟΑΕΕ

1. Εξουσιοδότηση θεωρημένη με το γνήσιο της υπογραφής όταν η εγγραφή γίνει από τρίτο πρόσωπο.
2. Βεβαίωση απογραφής άμεσα ασφαλισμένου ή Πρώτη καρτέλα ενσήμων
3. Μισθωτήριο Συμβόλαιο Επαγγελματικής έδρας ή Συμβόλαιο Ιδιοκτησίας.*** Αν η έδρα ανήκει σε τρίτο πρόσωπο απαιτείται Υπεύθυνη δήλωση παραχώρησης με το γνήσιο υπογραφής θεωρημένο & Συμβόλαιο αγοράς ή Ε9. Σε περίπτωση που δηλώνεται ως επαγγελματική στέγη η κατοικία και από το περιεχόμενο του μισθωτηρίου δεν παρέχεται δυνατότητα χρησιμοποίησης του μισθίου ως επαγγελματικού χώρου, υπεύθυνη δήλωση του μισθωτή, σχετικά με την παραχώρηση
4. 2 φωτοτυπίες ταυτότητας. Αν πρόκειται για αλλοδαπό, διαβατήριο, άδεια διαμονής & εργασίας και μεταφρασμένο πιστοποιητικό γεννήσεως
5. Άδεια ασκήσεως επαγγέλματος
6. Αναγγελία αποχώρησης από προηγούμενο εργοδότη θεωρημένο από τον ΟΑΕΔ
7. Βεβαίωση απογραφής Α.Μ.Κ.Α. (Αριθμός Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης)
8. 111.10€ ποσό εγγραφής

Από την Αφροδίτη Καψίλη
Ρεφλεξολόγο
Αναπληρωματική Γραμματέα του Π.Ε.Σ.Ρ.

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΤΕΛΕΙΟΦΟΙΤΟΥΣ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ

Με μεγάλη μας χαρά, τιμή και αγάπη σας προσκαλούμε στην εκδήλωση του Σωματείου Ελλήνων Ρεφλεξολόγων για την υποδοχή και την εγγραφή των νέων μελών του, που θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 16 Οκτωβρίου 2011, στις 6.00 μ.μ. στο γραφείο του Σωματείου, Σπαθάρη 2, Πολύγωνο.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΜΕΛΟΥΣ :



- ΑΙΤΗΣΗ ΕΓΓΡΑΦΗΣ
- ΦΩΤΟΑΝΤΙΓΡΑΦΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΣΠΟΥΔΩΝ.
- 1 ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ.
- 50 €, (30 € ΓΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗ, ΚΑΙ 20 € ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΤΟΥ ΤΡΕΧΟΝΤΟΣ ΕΤΟΥΣ.)

Εναλλακτικά μπορείτε να κάνετε την εγγραφή σας μέσω ταχυδρομείου. Εσώκλειστε σε ένα φάκελο την αίτηση εγγραφής μέλους, ένα φωτοαντίγραφο του πιστοποιητικού σπουδών σας, μια φωτογραφία και την απόδειξη πληρωμής* και ταχυδρομήστε τα στην κάτωθι διεύθυνση:
ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ : Σπαθάρη 2, Πολύγωνο τ.κ. 114 76, Αθήνα Τηλ.: 210-6424818. Fax: 210-6451532

Ευχαριστούμε πολύ
Το Δ.Σ.

* ALPHA BANK: 119-002101-162530, Κυριακίδης Π. Μιχάλης

Ανακοίνωση 1η



Με αφορμή την ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ στις 18 – 25 Σεπτεμβρίου 2011, και μετά την επιτυχημένη συνεργασία του Σ.Ε.Ρ. με το εμπορικό κέντρο Athensheart την περσινή εβδομάδα, είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας ανακοινώσουμε ότι και φέτος το εμπορικό κέντρο Athensheart θα φιλοξενήσει την αντίστοιχη εκδήλωσή μας.

Όσοι συνάδελφοι έχουν προτάσεις για χώρους σε όλη την Ελλάδα που έχουν την διάθεση να μας φιλοξενήσουν για την ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ να το γνωστοποιήσουν στο Σωματείο, προκειμένου να λάβουν υποστήριξη στα εξής :

- Υλοποίηση της πρότασης
- Εύρεση εθελοντών που θα υποστηρίξουν την εκδήλωση
- Συγκέντρωση υλικού που θα χρειαστεί για την εκδήλωση π.χ. γενικότερα αναλώσιμα, έντυπα και περιοδικά του Σωματείου καθώς και αφίσα του Σωματείου.

* Παρακαλώ ενημερώστε το Σωματείο για τις προτάσεις σας ως το τέλος Αυγούστου.

* Παράλληλα όσοι ενδιαφέρεστε και φέτος να συμμετάσχετε εθελοντικά στις εκδηλώσεις αυτές, ενημερώστε τη γραμματεία του Σωματείου αναφέροντας το όνομά και την περιοχή κατοικίας σας.

Ανακοίνωση 2η



Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι κατόπιν συμφωνίας μας με τον υπεύθυνο της ITME Ltd κ. Ανδρώνη Στέλιο, εξασφαλίσουμε ειδική έκπτωση στα μέλη του Σωματείου μας με την επίδειξη της κάρτας μέλους του 2011, της τάξεως του 20% επί της αρχικής τιμής για φορητά κρεβάτια μάλαξης.

Ευχαριστούμε θερμά τον κ. Ανδρώνη για την συνεχή υποστήριξή του στο Σωματείο μας και στο περιοδικό μας.



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Με πολύ μεγάλη επιτυχία, ολοκληρώθηκε στη χώρα μας το 1ο Διεθνές συμπόσιο R.E.F.O.R.MED. μη συμβατικής ιατρικής

στις 11-12 Ιουνίου 2011 στο ξενοδοχείο Coral. Οι επίσημες γλώσσες του συμποσίου ήταν η Γαλλική, η Αγγλική και η Ελληνική.

στην Αρωματοθεραπεία και είχε σαν θέμα: «Αρωματοθεραπεία και αντιγήρανση»

Την οργάνωση του Συμποσίου είχαν αναλάβει οι οργανισμοί R.E.F.O.R.MED.(Βρυξέλλες), η Σχολή Natural Health Science (Αθήνα), το Σωματείο Ελλήνων Αρωματοθεραπευτών (Αθήνα) και η Σχολή École International d' Aromathérapie (Βουκουρέστι).

Όλοι οι πολυπληθείς Έλληνες και ξένοι σύνεδροι παρακολούθησαν με μεγάλο ενδιαφέρον τα εξαιρετικού ενδιαφέροντος και υψηλού επιπέδου θέματα που παρουσιάστηκαν στο συμπόσιο αυτό. Οι ομιλητές ήταν διακεκριμένοι επιστήμονες κυρίως από την Ευρωπαϊκή ένωση (καθηγητές, ιατροί, ερευνητές κλπ). Η μεγάλη προσέλευση συνέδρων καθώς και οι πολλές και εύστοχες ερωτήσεις τους, διατήρησαν πολύ υψηλό το ενδιαφέρον όλων.

Το Συμπόσιο είχε χωρισθεί σε δύο ημερίδες. Η πρώτη ημερίδα, το Σάββατο, είχε θέμα: «Ιπποκρατική ιατρική και σημερινή ιατρική», ενώ η δεύτερη ημέρα ήταν αφιερωμένη



Οι σύνεδροι είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν το Συμπόσιο σε ένα καθαρά Ελληνικό περιβάλλον, κοντά στη θάλασσα, απολαμβάνοντας την φιλοξενία και την Ελληνική κουζίνα του ξενοδοχείου Coral Hotel. Το Συμπόσιο ολοκληρώθηκε το βράδυ της Κυριακής με ένα κοκτέιλ που προσέφερε στους συνέδρους η Σχολή Natural Health Science και όπου Έλληνες και ξένοι σύνεδροι χό-

ρεψαν Ελληνικούς και ξένους χορούς απολαμβάνοντας την εξάισια θέα του Σαρωνικού και την πατροπαράδοτη Ελληνική φιλοξενία



Σημεία Διάθεσης της Εναρμόνισης

ΚΕΝΤΡΟ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ & ΕΡΕΥΝΑΣ
Αμφιτρίτης 28, Τ.Κ.17562, Π.Φάληρο

ΣΥΝΘΕΣΙΣ
Δωρίδος 20 & Δοϊράνης, Τ.Κ. 12242, Αιγάλεω

ΔΙΟΔΟΣ
Νικ.Ουρανού 2, Τ.Κ. 11471, Λυκαβηττός

UNIVERSAL STUDIES OF HEALTH & BUSINESS
Ιτέας 14, Αργυρούπολη

NATURAL HEALTH SCIENCE
Κτίριο 1 Πανδρόσου 31, Τ.Κ. 17564, Π.Φάληρο

NATURAL HEALTH SCIENCE
Κτίριο 2 Λ.Αμφιθέας 78 & Ανδρομάχης 8, Τ.Κ.17564, Π.Φάληρο

ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΟΛΥΕΚΤΑΡΙΔΗΣ
Θήρας 14, Τ.Κ.16451, Αργυρούπολη

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
& ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Σωκράτους 24, Τ.Κ. 145 61, Κηφισιά

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
& ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Παράρτημα Αμφικτύωνος 12 & Πουλοπούλου Τ.Κ. 118 51, Θησείο

ΚΟΡΡΕΣ
Ερατοσθένους & Ιβύκου 8, Παγκράτι, Φαρμακείο

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΦΑΙΔ.ΚΙΡΑΝΗΣ
Δημητρίου κ Καραολή 59 - Βύρωνα Φαρμακείο

ΤΕΡΕΖΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Κανιγγος 19 - Αθήνα Φαρμακείο

ΧΡΙΣΤΙΝΑΣ - ΕΥΓΕΝΙΑΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ & ΣΙΑ Ε.Ε.
Πρατίνου 32 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΚΑΜΑΡΑΔΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ
Κορυτσάς 30 - 34 - Βύρωνα Φαρμακείο

ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΑΚΗ - ΒΕΝΕΡΗ ΕΛΕΝΗ
Θεμιστοκλέους 29 - Γλυφάδα Φαρμακείο

ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΖΗΡΑ - ΜΩΥΣΙΔΗ
Δαμάρεως 81 - Παγκράτι Φαρμακείο

Μ. ΓΙΑΚΟΥΜΑΚΗ - ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΟΥ
Δαμάρεως 71 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΕΥΓΕΝΙΑ ΤΟΛΙΑ
Φρύνης 6 - Παγκράτι Φαρμακείο

Δ.ΚΑΛΔΗΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.
Ευτυχίδου 48 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΦΑΝΗΣ ΒΟΥΓΙΑ
Χρεμωνίδου 53 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑ ΗΛ.ΑΡΒΑΝΙΤΙΔΗ
Φρυγίας 11 - Βύρωνα Φαρμακείο

ΧΡΥΣΟΥΛΑ ΛΑΖΑΡΗ
Αλκέτου 25 - Παγκράτι
Βιταμίνες - Συμπληρώματα διατροφής

ΒΥΖΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ANNA & ΣΙΑ
Καψάλη 3 - Κολωνάκι Φαρμακείο

ΚΡΗΤΙΚΟΥ Π. ΔΙΟΝΥΣΗ
Εθν.Αντίστασης 151 - Καισαριανή Φαρμακείο

ΜΑΡΙΑ Θ. ΤΣΕΝΤΣΕΡΗ
Εθν.Αντιστάσεως 88 - Καισαριανή Φαρμακείο

Σ. ΥΦΑΝΤΗ - Π. ΣΙΩΖΟΣ
Υμηττου 47 - 51 Παγκράτι Φαρμακείο

ΜΑΡΙΑ Ε. ΜΑΡΚΑΚΗ
Ανδρομάχης 34 - Π. Φάληρο Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΣΑΚΕΛΛΑΡΗΣ
Νίκης 3, Σύνταγμα Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΝΑΣΤΗΣ - ΑΠ.ΤΡΑΣΤΕΛΗΣ
Βουλής 23 & Μητροπόλεως 36, Σύνταγμα Φαρμακείο

ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΒΛΑΧΟΥ-ΑΥΔΙΚΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Ηφαίστου 1, Βάρη Φαρμακείο

ΑΠΟΣΤΟΛΑΤΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
Λ. Αγ. Βαρβάρας 20, Π. Φάληρο Φαρμακείο

ΘΟΔΩΡΗΣ ΚΑΜΠΟΛΗΣ
Βας. Σοφίας 23, Μαρούσι Φαρμακείο

ΠΡΙΦΤΗ ΕΙΡΗΝΗ
Παπαδιαμάντη 10, Κηφισιά Φαρμακείο

ΑΓΓΕΛΟΣ ΜΠΙΣΤΑΣ
Δεληγιάνη 9, Κεφαλλάρι Φαρμακείο

ΚΕΝΤΡΟ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ Φ=1,618
ΗΛΙΑΣ ΠΑΠΑΠΟΣΤΟΛΟΥ Αθ. Διάκου 26, Ελληνικό

ΑΙΩΝ ΚΕΝΤΡΟ
Αγ.Λαύρας 21, Α.Πατήσια

ΕΥΖΩΙΑ ΣΠΑΝΟΥ
Μ.Βουλής 17 & Ερμού, Σύνταγμα

ΣΠΥΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΥΛΑΣ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ
Ιωνίας 6, Ν.Σμύρνη

ΛΗΔΑ ΣΟΛΔΑΤΟΥ
Αποστόλου Πάουλου 33, Τ.Κ. 20100 Κόρινθος Ρεφλεξολόγος

ΜΑΙΡΗ ΦΡΑΓΚΑΚΗ-ΠΡΙΝΙΩΤΑΚΗ
Ευστρ. Πίσσα 67, Ν.Κόσμος Βιολόγος- Φυσιοπαθητικός

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ΑΛΖΧΕΙΜΕΡ
& ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΑΘΗΝΩΝ
Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Αθήνα

ΓΟΥΣΑΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
Αλκέτου 25 -27 Παγκράτι

"ΦΙΛΟΙΚΟ"
ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΤΡΟΦΙΜΑ - ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
Μ.Αντύπα 84, Ηλιούπολη

"ΥΓΕΙΑΣ ΧΑΡΗΝ" ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
Γεωργ.Δροσίνη 7, Κηφισιά

ITME Ltd
Μιχαλακοπούλου 145, Αθήνα

Athens Med Spa
Πατησίων 81 & Χείδεν, Αθήνα, 1ος Όροφος, Κέντρο Σωματικής Ευεξίας

fishspa
Αιόλου 45, Τ.Κ.105 51 Αθήνα

Olympic Village Hotel
Αρχαία Ολυμπία, τηλ. 26240 22211

ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ, ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΣΤΙΣ ΟΛΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ

Ι. Ενότητα: ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ

- ## II. Ενότητα: ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΟΡΜΟΣ

- ### III. Ενότητα: ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

- #### IV. Ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ

- Διατροφή

V. Ενότητα: **BOTANA - ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ**

- Μύηση στην τέχνη της Βοτανοθεραπείας
- Κινέζικη Βοτανοθεραπεία
- Ελληνικά Βότανα
- Αρωματοθεραπεία
- Ενδογενική Αρωματοθεραπεία

- Γνωρίζοντας τα Φυτά και τις Φυσικές Μεθόδους Καλλιέργειας τους
- Εκπαίδευση στη Συλλογή Βοτάνων
- Κερίά - Σαπούνια - Κρέμες

VI. Ενότητα ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Θεραπευτικές δράσεις των προϊόντων της Μέλισσας
-Μελισσοβελονισμός

VII. Ενότητα: ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ

- Τριετής εκπαίδευση στην Ομοιοπαθητική

VIII. Εγύθητα: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΛΑΞΗΣ

- Ρεφλεξολογία
- Shiatsu
- Thai Massage, Thai Foot Massage, Hot Stones Massage
- Rejuvance
- Thai Yoga Massage
- Thai Oil Massage
- Creative Healing
- Ayurvedic Massage
- Tuina (Κινέζικη μάλαιξη)
- Λεμφική μάλαιξη, Θεραπευτική μάλαιξη και
Σεμινάριο για Βεντούζες, Moxa και Gua Sha

ΙΧ. Ενότητα: ΟΥΡΑΝΙΕΣ & ΓΗΙΝΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

- Εκπαίδευση στην Αστρολογία
- Feng Shui

Χ. Ενότητα: ΑΡΧΑΙΑ ΓΝΩΣΗ

- Οι Ιπποκράτειες ιδιοσυγκρασίες μέσα από την Γραφή - Γραφολογία

XI. Ενότητα: ΓΛΩΣΣΑ

- Κινέζικη Γλώσσα

XII. Ενότητα: ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

- Κύκλοι Σπουδών με τους καθηγητές CHONG QIANGWEI, BAI XINGHUA & WANG YI JUN

[illegible]

Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε: ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ, email: info@akadimia.gr

KΕΝΤΡΙΚΟ: Σωκράτους 24, Κηφισιά 145 61. Τηλ. 210 8010111 & 210 8010680, Fax: 210 8088382

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: Αμφικτύονος 12 & Πουλαπούλου, Θησείο 118 51, Τηλ: 210 3421088

www.akadimia.gr

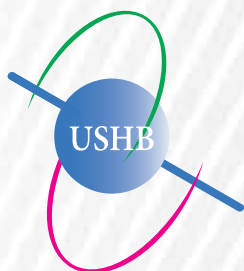


Ένας νέος **κόσμος επιλογών** ανοίγεται μπροστά σου

Διάλεξε μία ειδικότητα με μέλλον και απόκτησε την επαγγελματική καταξίωση που ζητάς.

- Ρεφλεξολογία
- Ηλεκτροβελονισμός (χωρίς βελόνες)
- Φυσικοπαθητική
- Rejuvance
- Ολοκληρωμένη Βοτανολογία
- Ανθοϊάματα Dr Bach

Επίλεξε σωστά και δεξ τον κόσμο να ανοίγεται μπροστά σου.



**UNIVERSAL STUDIES
OF HEALTH & BUSINESS**

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ Α.Ε.
μέλος του Ομίλου Π. Κυριακίδη

Βραχυπρόθεσμα Προγράμματα

- Βασικές Αρχές Διατροφολογίας
- Βασική θεωρία Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής
- Εκπαιδευτική Ψυχολογία
- Λεμφική Μάλαξη
- Ολιστική προσέγγιση του ατόμου με φυσικούς τρόπους
- Δραματοθεραπεία

Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε στο τηλ.: 210 99 51 653
ή επισκεφτείτε το site μας: www.universalstudies.gr, email: info@universalstudies.gr