

# Zonterapi – yrkesutbildning hos Team Hellberg Zonterapi AB

## STUDIEPLAN ÖLAND/STOCKHOLM

### Utbildningsfakta: 1-årig utbildning (inklusive separat grundkurs)

Zonterapi	275 lärarledda klocktimmar
Extern praktik (dokumenteras enl. instr. från läraren)	75 behandlingar - ca 150 klocktimmar
Hemstudier	ca 180 klocktimmar

**Grundkurs 4 dagar** kan gås separat för husbehov men är obligatorisk om man ska gå yrkesutbildningen

- Grundläggande kunskap om fotens zonsystem – klassisk/ tredimensionell zonterapi

## 1-årig Yrkesutbildning BLOCK I – VIII

### Steg 1 UNDERBEN

- Inledning var zonterapin står idag
- Historik
- Självläkningslära
- Komplementär - kontra skolmedicin
- Zonterapins grundläggande princip ”kommunikationslagen”
- Människans byggstenar eller konsten att känna igen människan i den enskilda delen
- Begreppet smärta
- Reaktionsbenägenhet
- Den strukturella likhetsprincipen
- Den klassiska zonterapins grundsyn
- **Artikulering**
- **En total behandlingsuppläggning där fot och underben bildar en enhet**
- **Fotens och underbenets muskler**
- **En introduktion i underbenets reflexologi.**
- **Hållning**
- Fotproblem /Behandling med **lock foot syndrome** (låsta fotben)med ortobionomi. Denna behandling leder till förändringar i hela kroppen. Med ortobionomi kallas metoden för Hellbergs ligamentteori-HLT..
- Anatomi/fysiologi allmänt
- Behandlingsuppläggning beroende på patientens kondition och förutsättningar
- En viktig genomgång av kroppens syra - basbalans
- Näringslära
- Genomgång av proteiner, kolhydrater, fetter, mineraler (med tyngdpunkt på de stora basbildande metallerna och vitaminerna)
- Anamnesupptagning - konsten att göra en anamnes
- Patientbemötande, etik, arbetsmiljö samt hygien (genomgående under alla steg)

## Steg 2 TREDIMENSIONELL ZONTERAPI

- Den tredimensionella zonterapiens teori och hypotes
- Hur man lägger upp en arbetsgång i fotens zonsystem
- Fotens reflexologiska skiktindelning
  - skelettsystem
  - muskelsystem
  - organsystem
  - körtelsystem
  - uro-/genitalsystem
- Handgreppsteknik utan tummar och pinnar – den omvända handgreppstekniken
- Olika fingertekniker som stimulerar fotens alla skikt
- Definition av bindvävsrummet – vårt inre urhav
- Bindvävens funktion
- Genomgång av sjukdomars utveckling eller faser ur naturmedicinsk synvinkel
- Inflammation och feber – organismens förnämsta rengöringsverktyg
- Lothar Wendts kapillärmembranteori. En hypotes till Hypertoni eller högt blodtryck
- Migrän & huvudvärk ur naturmedicinsk betraktelse
- Syra – basbegreppet / Buffring en nyckel till hälsa
- Den försurade människan
- Mineralrikets betydelse för biologiskt liv. Mineraler är organismens byggstenar.
- Etik, marknadsföring (genomgående under alla steg)
- Elevpraktik

## Steg 3 TREDIMENSIONELL ZONTERAPI/ HANDENS REFLEXOLOGI

- Genomgång av handens zonsystem
- Ögongymnastik tillsammans med zonterapi
- Hjärnans zoner i 3D
- Generella riktlinjer vid behandling av:
  - huvudzoner
  - skelettzoner
  - muskelzoner
  - organzoner
- Mag- och tarmkanalens sjukdomar
- Esofagus sjukdomar
- Ventrikelns sjukdomar
- Lever- och gallsjukdomar
- Tarmens sjukdomar
- Begreppet sur galla
- Intestinal autointoxikation eller tarmförgiftning
- Allergibegreppet ur naturmedicinsk synvinkel
- Härdproblematik
- Konstitution – ursjukdomar – barnsjukdomar – vaccinationer
- Skrivning 1
- Elevpraktik

## Steg 4 STRYKNINGSTERAPI

- **Strykningsterapi i teori och praktik**
- Definition av den fysiska människan – organismen och den eteriska strukturen /livskraft
- **Andning**
- Andningens betydelse för kolsyra- och kalciumomsättning – Följ med på en fysiologisk resa
- Kolsyraträning - nyckeln till bl.a. astmagåtan
- Näringslära – nyckeln till grundhälsa och egenvård
- *Olika tarmreningsmetoder*
- *Tarmflora*
- *Colons reflexologi*
- Elevpraktik

## Steg 5 TREDIMENSIONELL ZONTERAPI & STRYKNINGSTERAP

- **Fortsatt träning på zonterapi och strykningsterapi**
- *Luftvägarnas sjukdomar*
- *Hjärtats sjukdomar*
- *Njurarnas sjukdomar*
- *Mannens sjukdomar*
- *Kvinnans sjukdomar*
- *Endokrina systemet / hormoniella sjukdomar*
- Starta Eget, marknadsföring, zonterapi i praktiken
- Elevpraktik
- Skriftligt prov 2

## Steg 6 ORTOBIONOMI

- **Rörelseapparaten RAPP**
- **ORTOBIONOMI en form av hjärnreflexologi - där hjärnan programmeras om för att släppa taget om muskelspänningar, felställningar, smärtor och låsningar**
- Muskelanatomi teori och praktik
- Olika typer av idrottsskador som ev. zonterapeuter kan komma i kontakt med.
- Segmentlära
- Genomgång av hempraktik
- Elevpraktik
- Skriftligt prov

## Steg 7 ÖRONAKUPUNKTUR

### Auriculoterapi och öronakupunktur

- Historisk inledning
- Örats blod-och lymfcirculation
- Örats nervförsörjning
- Artikulering
- Att tänka på vid auriculoterapibehandling
- Praktiska råd vid användning av elektriska stimulansmedel
- Hjälpmedel och olika fingertekniker
- Örats detaljer
- Genomgång av örats olika zoner
- Smärtbehandling
- Muskel- och ledbehandling
- Avvänjning med öronakupunktur mot olika beroenden typ alkohol, tobak, mat etc. med bl.a.NADA programmet
- En jämförelse mellan fotens och örats zonsystem
- Skillnaden mellan den kinesiska och franska skolan
- Öronakupunktur med engångsnålar och permanentnålar. Teori och praktik
- Behandling med guld/silver/magnet och frö kulor
- Elevpraktik
- Slutskrivning

## Steg 8 KINESISK MEDICIN

- **Grundläggande kunskaper i den s.k. orientaliska zonterapi eller den kinesiska medicinen.**
    - Tao det orientaliska helhetsbegreppet
    - Meridianlära
    - Femelementlagen – förvandlingens lag
    - Organens samband med kroppsvävnaderna och sinnesorganen
    - Rytms lag eller periodicitens lag, dag-, års- och livscyklar etc.
- Vad är en terapeut? Vilka krav bör man ställa på en terapeut? Hur bemöter man sina patienter
- Människans konstitution på olika plan /sjäsliga, mentala, emotionala och kroppsliga planet
  - Makro-och mikrokosmos / Helhetsbegreppet – Ett sätt att förstå sjukdomars uppkomst.
  - *Det reumatiska sjukdomskomplexet*
  - *Nervsjukdomar*
  - Kort introduktion i **Metamorfic**
  - Elevpraktik.
  - Praktiskt prov