Für Ihre Gesundheit

ShareCare Techniken lindern

* Kopfschmerzen und Migräne
* Rücken- und Nackenschmerzen
* Kiefergelenksdysfunktionen
* chronische Erschöpfung
* motorisch-koordinative Schwierigkeiten
* Augenprobleme
* Depressionen
* Hyperaktivtät
* ADS

... und vieles mehr

ShareCare bei Kindern angewendet bewirkt

* eine Zunahme des Sozialverhaltens
* eine Abnahme des Problemverhaltens
* eine Steigerung der Selbstwertgefühls und des Selbstbildes

Ihre Qualitätssicherung

Die ShareCare Seminare werden von autorisierten ShareCare LeiterInnen durchgeführt, die die Bedingungen des Upledger Verbandes erfüllen.

Seminarzeiten: von 9 bis 17 Uhr
Kleidung: lockere, bequeme Kleidung wird empfohlen

Kosten:

Den Teilnahmebetrag (inklusive Kursskript sowie Kaffee oder Tee in den Pausen) entnehmen Sie bitte dem beiliegenden Formular.

Bitte beachten Sie:
Für das Seminar sind keine medizinischen oder anatomischen Vorkenntnisse nötig.

ShareCare
folgt dem Konzept des Upledger Instituts
„Lernen durch entdecken“.

ShareCare

Eine Basiseinführung in die CranioSacrale Therapie

Stempel SC-Leiter

Geschäftsstelle des UCD e.V.
Gutenbergstr. 1
Eingang C
23611 Bad Schwartau
T 0451. 400 38 44
F 0451. 407 98 68
verband@upledger.de
www.upledger.de

Share Care Seminar

Verband der Upledger
CranioSacral TherapeutInnen Deutschland e.V.

ShareCare

Aus dem Englischen übersetzt bedeutet ShareCare geteilte Fürsorge im Sinne des gegenseitigen Kümmerns. In diesem Seminar kann der Teilnehmer unter fachlicher Anleitung professioneller TherapeutenInnen einfache, aber wirksame Behandlungstechniken der CranioSacralen Therapie zur Selbstbehandlung und zur Behandlung seiner Lieben erlernen. Die komplementär-medizinische Behandlungsmethode beruht auf behutsamen Berührungen mit den Händen. Dabei werden Verspannungen des CranioSacralen Systems, das von den Schädelknochen - einschließlich Gesicht und Mund - der Wirbelsäule, dem Sacrum und dem Steißbein umhüllt wird, gelöst. Die rhythmische Bewegung der Schädelknochen ist heute wissenschaftlich belegt. Durch den leichten, kaum spürbaren Druck der Hände werden direkt Spannungsungleichgewichte in den Hirn- und Rückenmarkshäuten und damit indirekt im zentralen Nervensystem ausgeglichen, Körperfunktionen verbessert, Schmerzen und die Auswirkungen von Stress gelindert sowie die körpereigene Abwehr gestärkt.

Das Seminar

In einem eintägigen **ShareCare Seminar** erlernen Sie einige wirkungsvolle therapeutische Techniken, die vor mehr als 25 Jahren von dem osteopathischen Arzt Dr. John Upledger entwickelt wurden.
Autorisierte ShareCare LeiterInnen zeigen Ihnen in zahlreichen praktischen Übungen, wie Sie Ihre Selbstheilungskräfte anregen können.
Die Behandlungstechniken werden dann von den Seminarteilnehmern unter Anleitung eingehend gemeinsam geübt.

Sie erlernen:

* den Rhythmus des CranioSacralen Systems wahrzunehmen
* Basistechniken an sich selbst und an Ihren Lieben durchzuführen, mit denen Sie beispielsweise eine professionelle Therapie unterstützen können
* ein tieferes Verständnis für die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden zu bekommen

Nach Anwendung der Techniken werden Sie positive körperliche Veränderungen an sich wahrnehmen, denn auch Laien können mit wenig Übung ganz viel spüren. Dabei sollen sich der Behandelnde und der Übende stressfrei wohlfühlen - ohne Angst, etwas falsch zu machen.

Buchempfehlung:

Auf den inneren Arzt hören von Dr. John Upledger

Einführung in die CranioSacrale Therapie von Gert Groot Landeweer

Programmhöhepunkte

ShareCare

ShareCare I (für Anfänger)

* Sanfte Berührung
* Ruhepunkt-Technik
* CV-4 Selbsthilfetechnik
* Energielenken

ShareCare II (für Fortgeschrittene)

* Duraschaukeln
* lindern lokaler Phänomene
* erweiterte Selbsthilfetechniken
* Energielenken
* erweitertes Energielenken
* Kiefergelenkentspannung