



”Kunsten å gi omsorg”

Kurs i Rytmask innsmørjning enligt Wegman/Hauschka Ullershov gård

**Tid: 11.-12. oktober og 8.-9. november 2024
10.-11. januar og 14.-15. mars 2025 (avsluttning)**

Ansvarlig for kursene: Anne Ingeborg Haugholt (sykepleier) i samarbeid med SAL – Sjuksköterskeförbundet för Antroposofisk Läkekonst og Ullershov gård ved Olav Tobias Ødegård (lege)

Program: 11. oktober:

09.00 – 10.00: Kort presentation av deltakere samt kursinnhold.

10.15 – 12.00: Demonstrasjon og øvelse. Eurytmi inngår.

12.00 – 13.00: Lunch

13.00 – 14.00: Demonstrasjon av ryllikomslag over leverområdet.

14.15 – 17.00: Demonstration og øvelse.

Program: 12. oktober:

09.00 – 10.00: Menneskekunskap om hjerte.

10.15 – 12.00: Demonstrasjon og øvelse . Eurytmi inngår.

12.00 – 13.00: Lunch

13.00 – 16.00: Øvelse + refleksjoner, vekstbetrakelser, samt info til neste kurs.

Rytmask innsmørjning enligt Wegman/Hauschka

er ca 100 år klinisk erfaring i integrativ omsorg, både som egenomsorg for seg sjølv og nærmaste til avansert medisinsk kompetanse av legitimerede medisinske yrker. Siden 1960 tallet er det kurser utført av sykepleiere med spesialist kompetanse i faget. Idag er det QAN (Quality Antroposofic Nursing/caring) som etter mange års arbeide internasjonelt fått fram undervisningsinnhold som sikker stiller denne berøringskvaliteten.

Kurs 1: Vi går gjennom legg, fot og rygg.

Kurs 2: Repetisjon + kne, lår , armer.

Kurs 3: Repetisjon av forgående + bryst og mage. Alle blir siden satt sammen til en helkroppsmørjning.

Kurs 4: Alle legger frem minst 10 helkroppsmørjninger med dokumentasjon som helseoppbyggende omsorg.

WHO – “Benchmarks for training in Anthroposophic Medicine”. Finns utførlig beskrivelse av utdanning for ulike terapeuter og medisinske yrker. Se hjemmesiden www.forbundetsal.no

Litteratur: Handbøker, forskning, menneske kunskap. Tar med til kursdeltagere.

For dere som vil forberede les gjerne kapittel: "Ideen om frihet" fra *Frihetens filosofi* av Rudolf Steiner.

Sted: Ullershov Gård ligger i Vormsund ca 40 min fra Oslo.

Der finns mulighet for overnatting, ta med det du behöver.

https://no.tripadvisor.com/Hotel_Review-g2418312-d8513615-Reviews-Ullershov_Farm-Nes_Municipality_Akershus_Eastern_Norway.html

Servering: Lunch serveres, frokost + kaffe/te pauser hjelper vi til med. Om du er vegan eller behov av spesiell diet ta med.

Ta med lette klær som lett går å ta av og på. Godt skotøy og varme klær. Om du har eurytmi sko ta med.

PÅMELDINGSFRIST for Kurs 1: Lørdag 5.oktober.

Pris: Kurset koster 2500 kr. (leie av lokalet + undervisning). Mat + overnatting kommer i tillegg. Bankkonto kan benyttes: 1254.63.89527.

Informasjon og påmelding: Anne Ingeborg Haugholt, mobil + 47 907 22 048, epost: ingeborg.haugholt@gmail.com

VARMT VELKOMMEN!