



## Joka kodin EnsiAkuPaketti

### Ensiapua akupainannasta terveyden tukemiseksi

#### Lyhytkurssin sisältö

- Kiinalainen lääketiede - mystiikkaa vai ei? Lyhyt tutustuminen Perinteisen Kiinalaisen Lääketieteen (PKL) historiaan ja filosofiaan mm. Yin/Yangin, Taon ja 5 elementin teorioiden kautta.
- Helppoja itsehoidon pika-apuohjeita pienten vammojen, kipujen/kolotusten sekä flunssan hoitoon ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen akupainannalla.
- PKL:en ravinto-oppeihin tutustumista joka kodin ravitsemuskäytäntöön soveltaen.
- Erikoishoito Moksen lämmittävän vaikutuksen ymmärtäminen flunssassa ja lihasjäykkyydessä sekä hoitotekniikan oppiminen.
- Opitaan etsimään pisteet ja niiden hoidot kehosta ja korvavyöhykkeistä yhdistelmäpisteinä. Tehdään hoitoharjoituksia kurssin loppuksi.
- Jokainen saa tiivistetysti kurssin kirjallisena opasvihkosena kotiinsa.

#### Opettaja

Tarja Eskola  
PKL:en Diplomiakupunktioterapeutti

#### Paikka

NEO – eheä olo  
Hallituskatu 10 B 2.krs, 90100 OULU

#### Aika

Lauantai 15.5.2010 klo 10-15

#### Hinta

95,00 e (sis. ALV 22 %), sisältää opetuksen, kahvi- ja teetarjoilun, kurssimateriaalin ja toimistomaksun.

#### Ilmoittautumiset

Sitovat ilmoittautumiset perjantaihin 30.4.2010 mennessä osoitteeseen [ajanvaraus@eheaolo.fi](mailto:ajanvaraus@eheaolo.fi) tai puh. 08 373 370

Kurssille otetaan kymmenen ensimmäistä ilmoittautunutta.