



3 dages kursus "på egen hud" kun for:

FAGFOLK

Kurset giver en teoretisk og praktisk indføring i Odsherred Terapihaves behandlingsprincipper for alvorligt stressramte/udbrændte. Deltagerne får muligheden for - "på egen hud" - at erfare effekten af behandlingen med helhedsorienteret behandling.

En lang weekend 3 dage - fredag til søndag

Pris: inklusiv kost, logi og materialer kr. 6.000,- pr deltager

Et hold starter ved minimum 3 tilmeldinger

Vi starter 1. dag kl 10.00. Frokost kl. 12.45.

V/Helle Eliasson, psykoterapeut, rehabiliteringsvejleder/ledende terapeut i Odsherred Terapihave og Merete Due Johnsen, kropsterapeut, økolog, daglig leder i Odsherred Terapihave

Tilmelding: mereteduejohnsen@gmail.com Indbetaling inden opholdet - Danske Bank 3565 3565 547135. **Sted:** Odsherred Terapihave.

Faglige spørgsmål om kurset: psykoterapeut Helle Eliasson 29 41 09 47 eller mail: he.eliasson@gmail.com

I en lang weekend fortæller og viser vi hvordan behandlingen af stressramte/udbrændte foregår i Odsherred Terapihave. Vi kommer ind på den faglige side af rehabilitering ved stress/udbrændthed, og om klientellet der har glæde af opholdet. Terapihaven er midtpunkt for kurset, og man kan opleve naturens store indflydelse på restituering.

- Indkvarteringsforholdene er de samme som for vores stressramte klienter: enkeltværelse og max 8 personer på holdet.
- Maden leveres fra lokale restaurationer.

Undervisere fra Odsherred Terapihave: Helle Eliasson, psykoterapeut, rehabiliteringsvejleder og ledende terapeut i Odsherred Terapihave. Merete Due Johnsen, leder af Odsherred Terapihave, zone- og kropsterapeut, økolog, underviser i den økologiske terapihave.

Odsherred
Terapihave

Odsherred Terapihave
Stokkebjergvej 1 - Hølkerup
4500 Nykøbing Sjælland
telefon 59 32 87 60
mobil 24 24 57 67

www.odsherredterapihave.dk





3 dages kursus "på egen hud" kun for fagfolk

Faghold

Vores faghold er udformet for fagfolk, der kan opleve et ophold som vores gæster. Fagligt udgangspunkt samler sig overvejende om Odsherred Terapihaves egen fremgangsmetode i stressrehabilitering baseret på erfaring med behandling af alvorlige stressramte/udbrændte siden 2007.

Program

Ankomst kl 10.00

Indkvartering i eget værelse

Weekendens opbygning er en blanding af teoretiske oplæg, refleksioner/diskussioner, praktiske øvelser samt - 'på egen hud' - at opleve Odsherred terapihaves behandlingmetode - ved selv at følge rytmen i det skemalagte ophold.

1. dag kl. 10.30 – 11.30 Velkomst - Introduktion til weekenden
1. dag kl. 16.00 – 16.45 Naturens indflydelse på restituering – rent praktisk
2. dag kl. 10.15 – 11.00 Øvelserne - gennemgang og kommentarer
2. dag kl. 16.00 – 16.45 De andre - om klientellet der har glæde af opholdet
3. dag kl. 10.15 – 11.00 Spørgsmål til vores fremgangsmetode
3. dag kl. 15.00 – 16.00 Opsamling – spørgsmål

Aftenens program indeholder diverse elementer som:

- Kropsafspænding - autogen afspænding
- Kropsterapi
- Egen tid/hvile tid

Litteratur

Agerskov Pedersen, H., (2008), Haveterapi til stressramte personer - hvori består den helende virkning? Kandidat afhandling – Syddansk Universitet, Odense.

Kabat-Zinn, Jon og Mark Williams John Teasdale, Zindel Segal
Bevidst nærvær - en vej ud af nedtrykthed.
- Incl CD Akademisk Forlag.

Prætorius, Nadja U. (2007). Stress – det moderne traume, Dansk Psykologisk Forlag.

Prætorius, Nadja U. (2013). Den etiske udfordring i en global tid, Dansk Psykologisk Forlag.

Thich Nhat Hanh (2006). Åndsnærværets Mirakel – en introduktion til meditation, Dansk Psykologisk Forlag.

Tolle, Eckhart ECKHART TOLLES FINDHORN RETREAT

Stilhed midt i verdens støj Originaltitel:

Eckhart Tolle's Findhorn Retreat – Stillnes admidst the World

ISBN 978-87-21-03316-3 64 sider + DVD (spilletid: 4 timer)

Undervisere:

Helle Eliasson, psykoterapeut, rehabiliteringsvejleder og ledende terapeut i Odsherred Terapihave.

Faglige spørgsmål om kurset: telefon 29 41 09 47 eller mail: he.eliasson@gmail.com

Merete Due Johnsen, leder af Odsherred Terapihave, zone- og kropsterapeut, økolog, underviser i den økologiske terapihave, daglig leder i Odsherred Terapihave.

Praktiske spørgsmål om kurset: telefon 24 24 57 67 eller mail: mereteduejohnsen@gmail.com

Odsherred Terapihave
Stokkebjergvej 1 - Hølkerup
4500 Nykøbing Sjælland
www.odsherredterapihave.dk

Odsherred
Terapihave