



Õppekava juht: Ülo Liivamägi
Õppe koordinaator: Kaisa Nurmsalu
Kontakt e-mail koolitus@sternum.ee
Tel: 56 855 920
www.sternum.ee

Sternum Koolitus

Õppekava: Refleksoloogia

Õppevaldkond: täiendmeditsiin, loodusteraapiad

Koolituse liik: tööalane koolitus

Nominaalne õppeaeg: 2 aastat

Koolituse maht: seminarid (160 ak tundi), kodutööd ja iseseisev õpe (360 tundi ak).

Koolituse maht: 8 seminari (kokku 16 õppepäeva), 4 praktikapäeva

Õppekeel: eesti keel

Õppes edasijõudmise/lõpetamise eeldused: kõigis seminarides ja praktikapäevadel osalemine, kodutööde esitamine, lõputöö esitamine, lõpueksami sooritamine, 150 dokumenteeritud teraapia esitamine.

Lõputunnistuse väljastamise eeldused: refleksoloogia õppekava läbimine, meditsiinilise baaskursuse läbimine või meditsiinilise hariduse korral anatoomia/füsioloogia eksami sooritamine Sternumis.

Lõpetamisel väljastatud dokumendid: tunnistus.

Edasised võimalused: SA Kutsekojas refleksoloogi kvalifikatsioonieksami sooritamine.

Sternum Koolituse poolt õpetatav refleksoloogia on Rootsi refleksoloogi Karl-Axel Lindi poolt välja töötatud, mis põhineb Lääne kultuuritraditsioonil ning arvestab meie regiooni kliimatiliste, olmeliste pingete ja iseärasustega. Sternum Koolitus on õpetanud refleksoloogiat alates 1996. aastast.

Refleksoloogia õpetaja on refleksoloog Ülo Liivamägi.

Õppe raames läbitavad teemad:

- sissejuhatus refleksoloogiasse, refleksoloogia ajalugu;
- refleksoloogia definitsioon, mõisted, reeglipärasused;
- teraapia eesmärgid ja mõju, probleemolukorrad ja kontraindikatsioonid;
- refleksoloogilised käsitusviisid ja tehnikad;
- erinevad refleksoloogilised süsteemid (jalalaba, säär, reis, kõrv, nägu, kand jne);
- lülisammas ja selle refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- luud, liigesed ja nende refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- lihastiku refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- siseelundite refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- aju refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- meeelundite refleksoloogilised tsoonid erinevates süsteemides;
- energiakeskuste süsteem ja paiknemine;
- elemendiõpetus;
- praktikapäevadel õpitu analüüs, süntees ja harjutamine; läbiviidud teraapiate arutelu.

Seminarid toimuvad kord ühe või kahe kuu tagant nädalavahetuse seminaridena (reede ja laupäev).

Praktikapäevad toimuvad II, IV, VI ja VIII seminari järgselt.

Sternum Koolituse artiklid ja videod
www.e-perekool.ee