

PHENIX NYHETS BREV v. 40-44



Phenixkliniken, Vegagatan 8, 113 29 Stockholm

www.phenix.se info@phenix.se 08-33 99 14

Monika S Swärd

Svininfluensans grymtande Vaccinationer

I detta nummer

Svininfluensans grymtande vaccinationer	1
Erbjudanden från Seamus Huges	2
Seamus berättar mer om vad TCM är och gör.....	3
Kalendarium oktober	4-6

Så var det dags igen för en ny influensa och ett nytt vaccin. Vad har vi lärt oss om allt detta egentligen?

För några år sedan var det fågelinfluensan och nu är det grisarnas tur. Om vi tar en titt på vad en zoonos influensa är så kan vi bara gissa att hästen kommer vara nästa influensa, vart den uppkommer verkar vara starkt kopplat till den dollarstyrda världsekonomin. "Influensa är en sjukdom som skall betecknas som en [zoonos](#), det vill säga en sjukdom som smittar mellan djur och människa. Influensa i olika former drabbar regelbundet människor och djur, främst fåglar, svin och hästar. Influenzavirus är som regel artspecifika, men viruset kan förändras genom [mutation](#) eller genom att kombinera sig med andra subtyper av influenzavirus, vilket gör att de kan överföras från en art till en annan". Källa: Wikipedia

Den här säsongen verkar ju marknadsföringen för den här vaccinationskampanj ha vunnit mark, med stora ekonomiska hål i stadsbudgeten. Är det verkligen nödvändigt?

Föräldrar får hem brev om deras ansvar ,om dom vill låta sitt barn bli vaccinerat eller inte. I detta fall mot influensa men även vaccin mot sexuellt överförbara sjukdomar hos unga flickor.

Det känns lika påträngande som när en telefonsäljare ringer klockan 19.00 en fredagskväll och vill att jag skall byta telefonabonnemang fast jag aldrig har bett att få information om den tjänsten.

Så vad kan vi göra i stället?

Utbilda vårt immunförsvar, låt kroppen bli smittad så att det egna försvaret får en chans att utbilda sig genom ett aktivt försvar. Med injicering av ett främmande ämne har det naturliga försvaret inte en chans att skydda och lära sig, det blir som en immunologisk våldtäkt.

Vi kan göra allt det som skrivs i tidningarna med vitaminer, mineraler och sådant som stärker oss. Även yoga och qigong är bra metoder för att stärka våra kroppar.

Varje influensa verkar ha sin egen bakomliggande orsak som är gemensam i kollektivet, denna gång pekar det på en gemensam sömnbrist, så kanske är det dags att göra det vi längtar efter, att lägga sig lite tidigare under höstens mörka kvällar. De homeopatiska medel vi har sett hittills som verkar kunna påverka är *Cocculus* och *Ipeca*.

Tack alla Phenix vänner!

Vill du avanmäla dig från våra utskick, vänligen använd denna länk.

<http://mailman.citynetwork.se/mailman/listinfo/phenix.se>

Vill du utbilda dig till homeopat?

Ny 2-årig utbildning startar den 22 oktober 2009.

Välkommen att kontakta lärare
Monika S Swärd 08-33 99 14 Om
du är intresserad.

**Den perfekta gåvan till den som har
allt eller helt enkelt förtjänar en
behandling eller kurs? Phenixchecken
är lösningen.
ring 08-33 99 14 om du vill veta
mera.**

SEAMUS HUGHES

Seamus är ursprungligen från Irland och bosatte sig nyligen i Sverige.

Han har en lång och bred erfarenhet inom kinesisk medicin och har behandlat alla slags besvär som finns inom det spektrumet, med mycket goda resultat.

Seamus blev utnämnd till Irlands främste akupunktör i tidskriften *Harper & Queen*.

Seamus utbildade sig vid akupunkturutbildningen vid Griffith College, Dublin och tog examen vid Guangzhou Universitet, Kina.

Vidareutbildade sig inom *kinesisk örtmedicin* vid European College of TCM samt som lärling under Dr. Luo Jin Shang, en före detta rektor vid Xinjiang Medical University, Kina.

Specialistutbildning i Gynekologi/Obstetrik, TCM på doktorandnivå vid Blue Poppy Institute, för den välkände författaren och praktiserande läkaren inom kinesisk medicin, Bob Flaws, USA.

Vidareutbildningar inom Estetisk Akupunktur, Tuina Massage, Medicinsk Qi Gong och Bio- Energy Therapy.

ERBJUDANDE från Seamus Hughes

Seamus Hughes

Tfn: 076-79 188 64

seamus@phenix.se

www.kinesiskmedicin.nu

Månadens Erbjudande

Vid uppvisande av denna kupong får du en gratis konsultation (första besöket gratis)

Leg akupunktör, dipl örtmedicin Seamus Hughes,

Tfn: 076-79 188 64

seamus@phenix.se, www.kinesiskmedicin.nu

Erbjudandet gäller t.o.m 31 oktober 2009

KINESISK MEDICIN- AKUPUNKTUR & ÖRTMEDICIN:

Kinesisk Medicin behandlar både akuta och kroniska sjukdomar, oftast med grundpelarna *akupunktur* och *örtmedicin*. Den här behandlingsformen fungerar bra som ett alternativ eller komplement till västerländsk medicin. Här får du ett bra stöd att ta tag i din hälsa och en behandling med resultat som kvarstår.

Konsultation & Diagnostik

I en konsultation ingår ett detaljerat *frågeformulär*, *puls* och *tung diagnostik* enligt kinesisk medicinsk praxis.

Dina matvanor, din livsstil och medicinska historik tas in i symptombilden för att få en så exakt behandling som möjligt. Utifrån denna konsultation utarbetas en behandlingsplan.

I den kan det ingå:

- *akupunktur*
- *örtmedicin*
- *tuina massage*
- *medical qigong*.

Ofta utarbetas även en dietplan som komplement.

När det gäller diagnos och behandling av sjukdomar/symptom inom kinesisk medicin, är det mycket viktigt att en noggrann analys av patientens historik, symptom och orsak förekommer. Vilken typ av sjukdom och grunden till den, såväl som patientens fysiska och känslomässiga tillstånd måste tas i akt för att få en så bra behandling som möjligt.

Akupunkturbehandling- hur fungerar det?

Genom att sätta in tunna engångsnålar i s.k. "Akupunkter" som ligger längs med linjer eller kanaler i kroppen, samt i olika kombinationer stimulerar det immunförsvaret. Det skapar sedan förändringar som hjälper kroppen att återfå sin naturliga hälsa och vitalitet.

Forskning har visat effektiviteten i dessa kombinationer och de olika akupunkternas funktioner i behandling av sjukdomar. Man har förfinat dessa kombinationer i modern tid. På senare år har även dessa kombinationer blivit ännu mer förfinade och bekräftade av modern vetenskap.

I varje behandling förekommer vanligtvis 4 till 10 stycken tunna engångsnålar som sätts in i dem specifika akupunkterna i 15-30 minuter.

Hur kan jag känna mig under en behandling?

De flesta känner sig avslappnade och får en känsla av frid, som ger dem ett lugn och en styrka i det dagliga livet med allt vad det innebär.

Kinesisk Örtmedicin

Kinesisk örtmedicin består av torkade växtdelar och mineraler. Varje ört har en specifik karaktär och verkan som används för att behandla sjukdomar, tillrättalägga hyperaktivitet av yin och yang, och att hjälpa kroppen att komma i balans till dess normala funktion.

Diagnosen ställs genom frågor av sjukdomsförloppet samt en puls och tungdiagnostik. Sedan utarbetas ett skräddarsytt recept som passar den individuella sjukdomsbilden.

Örter förekommer i tre former:

Enskilda örter -s.k. *Lösa örter*- roten eller bladet av plantan, eller frukten etc. som blandas i en formel och kokas upp till ett te för att få fram den medicinska effekten av dem.

Pulver - örter blandat till pulver.

Piller eller patent örter - extrakt av örter i pillerform.

Massage, Medicinsk Qi gong och Bio-energy Therapy.

Välkommen att boka tid för behandling!

KALENDARIUM OKTOBER 2009

Mån 5

Dax för Feldenkraisa igen! 17.30-18.30. F

Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, ulrika@medicalmarket.se

Tis 6

Lev Livet Levande. Var din egen idol. 5 ggr Pris: 1 000 kr. 18.00-20.30. F

Barbro Geschwind, 070-372 38 58, barbro@phenix.se

Ons 7

Babyrytmik musik och rörelse för barn 0-12 månader. 10.00-10.45. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 7

Ministrållarna. 16.00-18.00. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 7

Transmission Meditation – meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D

Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, www.transmissionmeditation.se

Tors 8

Föreläsning i Ayurveda. Pris: 150 kr. 18.00-20.00. F

Sara Fryklund. 070-715 28 25, sara@phenix.se

- Vad är Pitta, Kapha-Vad är jag?
- Hur kan jag lära mig att förstå de tre doshorna?
- Hur kan jag lära mig hur jag skall äta och leva utifrån Ayurveda?

Denna femtusenåriga medicinska läkekonst har mycket att lära oss här i västvärlden speciellt utifrån de kost och levnadsvanor vi har i dag.

Lär dig hur du utifrån din personlighetstyp kan förstå och finna kost och levnadsvanor för att leva ett hälsosammare och mera harmoniskt liv. Att förstå innebörden av Vata, Pitta, Kapha- de tre doshorna i ayurvedan hjälper dig även att förstå andra människors beteende och din relation till dem.

Fre 9

Gratis informationsträff om att hyra rum och arbeta på Phenixkliniken. 12.00-14.00. F

Lotta Sjöberg. 073-757 63 20, lotta@phenix.se, www.phenix.se

Mån 12

Dax för Feldenkraisa igen! 17.30-18.30. F

Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, ulrika@medicalmarket.se

Tis 13

Lev Livet Levande. Var din egen idol. 5 ggr Pris: 1 000 kr. 18.00-20.30. F

Barbro Geschwind, 070-372 38 58, barbro@phenix.se

Ons 14

Babyrytmik musik och rörelse för barn 0-12 månader. 10.00-10.45. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 14

Ministrållarna. 16.00-18.00. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 14

Transmission Meditation – meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D

Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, www.transmissionmeditation.se

Tor 15

Bluegrasskören i Vasastan tränar. 17.00-19.30. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Tor 15

Homeopatiutbildning 2-årig. Gratis intro.träff. 18.00-19.00. F/D

Monika S Swärd, monika@phenix.se

Att arbeta som homeopat innebär att du får möjlighet att behandla alla former av olika sjukdomar, allt från kroniska åkommor till mera akuta tillstånd. Du får möta människor och deras livsöden och symtom. Utbildningen till homeopat är inspirerande och motiverande. Den homeopatiska teorin och praktiken kommer att lära dig nya synsätt om sjukdomars uppkomst, orsak och dess behandling.

Utbildningen ger dig många verktyg men även ett ekologiskt alternativ till behandling av sjukdom, som inte förgiftar vare sig dig, dina patienter, miljön eller kräver djurförsök.

Tor 15

Tao yoga Workshop. Pris: 140 kr. 19.00-21.00. F

Irene Andersson, 073-94 83 943, irene@phenix.se, www.bodycoach.nu

Tao yoga är en serie liggande och sittande övningar. Genom mjuka, sköna rörelser får du kontakt med kroppen och frigör energiflödet i dina muskler, sensor, leder och meridianer. En god basträning som främjar annan aktivitet. Stor vikt läggs vid kroppsmedvetenhet och avslappning. Tao Yoga eller Tao Yin som det också kallas, är väl beprövade kinesiska övningar vars ursprung och syfte sägs vara andlig självkultivering, VÄLKOMMEN!

Fre 16

Universal Tao Baskurs. Pris: 450 kr. 17.00-21.00. F

Irene Andersson, 073-94 83 943, irene@phenix.se, www.bodycoach.nu

Universal Tao är ett system av meditationer och qigongövningar med syfte att främja och skapa en frisk och stark kropp. Taoister har i tusentals år utvecklat dessa tekniker samt raffinerat och stärkt sin livsenergi med hjälp av dessa övningar. Genom att stärka en grund av hälsa och välmående i den fysiska kroppen skapas också grunden för andlig utveckling. Du kommer bl.a att lära dig det Inre Leendet, Det Mikrokosmiska Omloppet, Iron Shirt Qigong. Detta är även en bra förberedelse för kursen Qvinnans Qigong,

Lör 17

Massagekurs i två dagar. Pris: 1 650 kr. F

Johan Lennstam. 070-523 13 44, johan@phenix.se, www.lillavinaturhalsa.se

Sön 18

Massagekurs i två dagar. Pris: 1 650 kr. F

Johan Lennstam. 070-523 13 44, johan@phenix.se, www.lillavinaturhalsa.se

Mån 19

Dax för Feldenkraisa igen! 17.30-18.30. F

Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, ulrika@medicalmarket.se

Tis 20

Änglamingel. 19.00-21.00. Pris: 100 kr. F/D

Branka Okeijn. 073-590 38 49, branka@phenix.se, www.celestin.se

Änglamingel är ett öppet forum och ett tillfälle för dig att träffa likasinnade människor. Du får möjlighet att ställa frågor som t ex, kan handla om hur du kan utveckla din egen intuition, änglar, andevärlden eller annat som du funderar över. Jag svarar på dina frågor och tar upp ämnen som änglarna och guiderna vill föra fram.

Ons 21

Avslutning. Babyrytmik musik och rörelse för barn 0-12 månader. 10.00-10.45. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 21

Ministrållarna. 16.00-18.00. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 21

Transmission Meditation – meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D

Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, www.transmissionmeditation.se

Ons 21

Mage och tarm. Gratis produktinformationsträffar för terapeuter! 19.00-21.30. F

Ylva Jansson. 023-79 28 00, utbildning@alpha-plus.se

Lör 24

Mediumutveckling "Nybörjare" 10.00-16.00. Pris: 850 kr. F

Branka Okeijn. 073-590 38 49, branka@phenix.se, www.celestin.se Har du en önskan om att kommunicera med den andra sidan? Har du haft upplevelser som du inte hittat "naturliga" förklaringar till som lämnat dig undrande om vad som är möjligt att uppleva bortanför våra fem sinnen? Att kommunicera med den andra sidan är ett underbart sätt att påminna människor om att livet är evigt och föra över budskap som många gånger är både lugnande och läkande för mottagaren. Workshopen varvar teori med praktik. Vi kommer att jobba två och två med läsningar. På det viset bygger du upp ditt självförtroende. Varje deltagare arbetar i sin egen takt mot sina egna mål utifrån sina egna förutsättningar.

Sön 25

Vad dina änglar vill säga dig. Steg 2. 11.00-15.00. Pris: 500 kr. F

Branka Okeijn. 073-590 38 49, branka@phenix.se, www.celestin.se

Har du en öns en önskan om att kommunicera med den andra sidan? Har du haft upplevelser som du inte hittat "naturliga" förklaringar till som lämnat dig undrande om vad som är möjligt att uppleva bortanför våra fem sinnen? Att kommunicera med den andra sidan är ett underbart sätt att påminna människor om att livet är evigt och föra över budskap som många gånger är både lugnande och läkande för mottagaren. Workshopen varvar teori med praktik. Vi kommer att jobba två och två med läsningar. På det viset bygger du upp ditt självförtroende. Varje deltagare arbetar i sin egen takt mot sina egna mål utifrån sina egna förutsättningar.

Ons 28

Babyrytmik musik och rörelse för barn 0-12 månader. 10.00-10.45. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 28

Ministrålarerna. 16.00-18.00. F. Kristina Alm. 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

Ons 28

Transmission Meditation – meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D

Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, www.transmissionmeditation.se

Fre 30

For the Next Seven Generations. Filmvisning om 13 urfolkskvinnor. Pris: 150 kr. 18.00-21.00. F

Mina Margareta Kramvik, www.grandmotherscouncil.com

Lör 31

Qvinnans Qigong, Helgkurs. Pris: 1 500 kr. 10.00-17.00. F

Irene Andersson, 073-94 83 943, irene@phenix.se, www.bodycoach.nu

Qvinnans QiGong _En kurs för dig som vill utforska Taoistiska övningar för kvinnor! Dessa hjälper dig att bli mer medveten, väcka upp slumrande kraft och öka ditt välbefinnande! Vi använder oss av olika tekniker (huvudsakligen ifrån Mantak Chia, Universal Tao) , såsom t.ex. äggstocksandning, bröstmassage, äggövningar m.m. i syfte att stärka och lära känna vår kraft, lust och livsenergi. Fokus ligger på avslappning, kroppsmedvetenhet och på att komma i kontakt med den kvinnliga essensen. Övningarna kombineras med grundläggande qi gong, meditation och andningsövningar. Irene Andersson är qigong-instruktör och har undervisat i Universal Tao, Qvinnans Qigong och Tao Yoga sedan 1998. Hon har bl.a. studerat för Mantak Chia

Sön 1

Qvinnans Qigong, Helgkurs. Pris: 1 500 kr. 10.00-17.00. F

Irene Andersson, 073-94 83 943, irene@phenix.se, www.bodycoach.nu

Välkommen till Phenixkliniken- Om du vill må bättre!