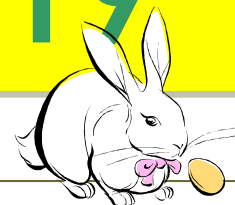


# PHENIXBREVET V.16-19

Phenixkliniken, Vegagatan 8, 113 29 Stockholm  
www.phenix.se info@phenix.se 08-33 99 14



## Vad innehåller din medicin?

Monika S Swärd

Intresset för ekologi har ökat enormt det senaste halvåret, utbudet av ekologiska varor erbjuds nu i nästan varje butik. Ekologiska matvaror, kläder, kontorsmaterial, el och mycket annat erbjuds både som ekologiskt, med hänsyn till mänskliga rättigheter. Äntligen kan jag bara säga HURRA!

Minns när jag diskuterade med min mor på 70-talet att jag vägrade äta margarin, men hon var en klok kvinna så efter att tagit reda på fakta och lyssnat på sin 11-åriga dotter föll hon till föga och det serverades smör i stället.

På 80-talet bodde jag i USA och var delaktig i den gröna vågen i Kalifornien. Jag minns bestämt hur vi försökte informera om aspartam nervgiftsverkan. Sötningssubstitutet fanns att tillgå överallt. Läskedrycksburkarna med light titeln hade då även en varningstext där det stod "All test animales using this sweetening produkt died in cancer" Hum. När jag sedan flyttade tillbaka till Sverige på 90-talet var jag på den tiden full av tillit till livsmedelsverkets strikta kontroll av allt så jag trodde aldrig att aspartam skulle släppas på den svenska marknaden, men jag hade fel, som vi nu vet. Men även i nutida Sverige kan vi på förpackningen till läkemedlet Zantac Brus läsa: "Innehåller aspartam som omvandlas till fenylalanin" Förvaras oåtkomligt för barn. Hum.

Under den tiden började bl.a. Konsum att lansera ekologiska produkter, jag minns att jag gärna betalade de extra kronorna det kostade för att vara

### I detta nummer

Vad innehåller din medicin?	1
Veckansterapi Erbjudande, Homeopati	1
Kalendarium	2

med att främja att ekologiska produkter skulle kunna fortsätta att öka i omfattning. Vilket i dag visat sig vara en bra investering. Tack butiker!

Så jag undrar nu om denna nya tid även kommer att väcka människans intresse för val av medicin? Kommer vi att vilja fortsätta att hålla i våra kroppar framtagna kemikalier med kraftiga biverkningar och tung belastning av organen? Nä, jag tror att fler och fler människor kommer att välja mera naturliga/ekologiska alternativ som medicin.

Mediciner som ayurveda, homeopati, örtmedicin m.m. kommer förhoppningsvis bli den nya tidens medicin. Intresset för vad vi stoppar i oss och hur det påverkar oss kommer att öka. Även intresset för hur produkterna tillverkas och hur det påverkar miljön, både vid tillverkningen och i det sekundära utsläppet. Där är den allopatiska medicinindustrin en stor miljöbov.

**Glad Påsk!**

## Veckans Terapi

Fa: Homeopat Monika s Swärd

### Erbjudande!

**Vid uppvisande av denna kupong erbjuds du 100 kr rabatt på homeopatmedlet.**

Gäller t.o.m. 15 augusti 2009

## HOMEOPATI

Homeopati är en läkeprincip. Som i sin grundtes baseras på *Liknade skall med liknade botas* den så kallade simili regeln Similia similibus cuarentur. Alltså, ett ämne tas invärtes av en frisk person som kommer att uppvisa en symtombild/sjukdom både mentalt känslomässigt och fysiskt, utan att vara sjuk. När den sjuke uppvisar sin egna individuella symtombild/sjukdom ges det ämnet som uppvisar exaktsamma helhetliga unika symtombild/sjukdom. Symtombilden/sjukdomen vid homeopatisk behandling läker i kronologisk ordning, alltså de symtom eller sjukdom som funnits kortast tid läks först och sedan läks de äldre symtomen. När en symtombild eller sjukdom är läkt består botet utan vidare medicinering. De ämnen som används i homeopatika är hämtade från, mineral -växt -djursriket. Vanligast är att vi använder homeopatiska läkemedel som innebär att ämnet är potentierat och dynamiserat utifrån den homeopatiska farmacopèns riktlinjer. Inom homeopatin skiljer man mellan den akuta och kroniska sjukdomen även om läkeprincipen är den samma.

## BEHANDLING

Den homeopatiska behandlingen sker via invärtes medicinering.

Vid besöket får den sökande berätta om hela sin



*Homeopati är behandling för både den kroniska och akuta sjukdomen.*

sjukdomshistoria och nuvarande symtombild. Utifrån det ordineras ett homeopatiska (ämne) för hela symtombilden. Läkeprincipen som är homeopatisk i sin teori och praktik kring hur sjukdom uppstår behandlas och läker är unik för homeopatin. Vid valet av homeopatka, det homeopatiska läkemedlet, tas den sökandes hela symtom bild i beaktande, både mentala känslomässiga samt fysiska symtom. Utifrån den totala helhetsbilden av sjukdomen ordineras ett specifikt Homeopatika. De ämnen som används i homeopatika är hämtade från, mineral -växt -djursriket. Vanligast är att vi använder homeopatiska läkemedel som innebär att ämnet är potentierat och dynamiserat utifrån den homeopatiska farmacopèn.

Dipl. Homiatriker Monika S Swärd  
Slutförde sin examen som Dipl. Homiatriker 1993 vid Naturmedicinska Fackskolan, Sköndal.  
Vidareutbildade sig sedan inom enkelmedels homeopatin.  
Har sedan 1998 undervisat yrkesutbildningarna i homeopati vid Naturmedicinska Fackskolan samt Homeopatiforum, Göteborg.  
Har arbetat heltid sedan 1991 med Homeopatisk patient behandlingar.

**PHENIXMINGEL  
VÄLKOMMEN TILL  
SINNENAS AFTON**

**Tisdagen den 5 maj  
Klockan 17.00 – 21.00**

# KALENDARIUM

Tor 9

Meditation under fullmånen. Healing ingår för den som önskar. Pris: 100 kr.  
18.30-20.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, barbro@phenix.se

---

Tis 14

Livets 7 andliga lagar. Pris: 200 kr. 18.00-20.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, barbro@phenix.se

---

Tis 14

Expert Intuitive & Futuris. Prova på 15 min. 19.00-21.00. Pris 150 kr. F/D  
Fredrik Starman. 0736-90 84 37

---

Ons 15

Relationsskapande e-postkommunikation. 10.00-12.00. F  
Pelle Mårtensson. info@cvskolan.se, www.cvskolan.se

---

Ons 15

Ministrålna i Vasastan. 16.00-18.00. F  
Kristina Alm. 070-400 08 70, kristina@phenix.se, www.ministralarna.se

---

Ons 15

Meditationer. Gudinnor & Ärkeänglar. 18.30-20.00. F  
Mia Holm. 070-770 07 05, mia@phenix.se, www.lifepurpose.se

Gudinnor & Ärkeänglar.

Genom vägledda vackra meditationer möter du universums kraftfulla Gudinnor och Kärleksfulla Ärkeänglar. Kom och fyll på dina energier, upplev äventyr och "landa" i dig själv genom Kreativ visualisering samt helande energier. Låt dig inspireras till att hämta mer kraft, glädje, skönhet och livslust i ditt liv. Detta kan du göra 1 – 2 kvällar per månad på

---

Lör 18

Kurs i klassisk massage. 09.00-17.00. Pris: 1 650 kr två dagar. F  
Johan Lennstam. 070-523 13 44, johan@phenix.se,  
www.lillavitanaturhalsa.se

Sön 19

Kurs i klassisk massage. 09.00-17.00. Pris: 1 650 kr två dagar. F  
Johan Lennstam. 070-523 13 44, johan@phenix.se,  
www.lillavitanaturhalsa.se

Kursen är till för dig som är intresserad av människor och av hur kroppen fungerar, och som vill ge och ta emot beröring. Du behöver inga förkunskaper i massage eller anatomi. Den är också till för dig som arbetar som terapeut och vill kunna erbjuda massage som komplement till dina övriga behandlingar. Efter kursen ska du kunna ge en muskelmassage för hela kroppen. En massage som ger en mycket effektiv, djupgående och behaglig bearbetning av musklerna i syfte att minska spänningarna samtidigt som den ger en djup avslappning och ett inre lugn. Massage är med andra ord bra för hälsan och för ett friskare liv både fysiskt och mentalt

---

Mån 20

Feldenkrais. 17.30-18.30. F

Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, [ulrika.fellander@medicalmarket.se](mailto:ulrika.fellander@medicalmarket.se)

---

Mån 20

Dynamisk Pedagogik- Vägen till självinsikt 19.00-21.00.

Lotta Sjöberg. 073-757 63 20, [lotta@phenix.se](mailto:lotta@phenix.se)

---

Tis 21

Tao Yoga. 18.00-19.00. Pris: 120 kr. F

Irene Andersson. 073-948 39 43, [irene@phenix.se](mailto:irene@phenix.se), [www.bodycoach.nu](http://www.bodycoach.nu)

---

Ons 22

Ministrållarna i Vasastan. 16.00-18.00. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, [kristina@phenix.se](mailto:kristina@phenix.se), [www.ministralarna.se](http://www.ministralarna.se)

---

Ons 22

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

Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, [www.transmissionmeditation.se](http://www.transmissionmeditation.se)

---

Ons 22

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

Branka Okeijn. 073-590 38 49, [branka@phenix.se](mailto:branka@phenix.se), [www.celestin.se](http://www.celestin.se)

---

Ons 22

Aroma Mingel. 19.00-21.00. F

Kristina Alm. 0704-00 08 75, [kristina@phenix.se](mailto:kristina@phenix.se), Info i pdf-format

---

Tor 23

Vägledad Meditation & helande. 19.00-21.00. Pris 150 kr. F/D

Fredrik Starman. 0736-90 84 37

---

Lör 25

Indigobarn - Naturliga barn i en onaturlig värld. 10.00-15.00. Pris: 650 kr. F

Branka Okeijn. 073-590 38 49, [branka@phenix.se](mailto:branka@phenix.se), [www.celestin.se](http://www.celestin.se)

Vi står inför en stor utmaning med en ökande skara barn och unga vuxna som inte låter sig begränsas och inordnas i våra rutiner och ramar. Barn som ställer stora krav på föräldrar, lärare och andra vuxna. De är ofta intelligenta på ett sätt som inte alltid premieras. De har en stark intuition och en ovilja att lära annat än det som de vet att de kommer att ha nytta av. Indigobarnen möter ofta en tuff värld och stor oförståelse för sin särart och de behöver att vi skaffar oss mer kunskap så att vi kan stödja dem i deras utveckling. Har du eller är du ett Indigobarn?

Gå in på [www.celestin.se/TestIndigo.htm](http://www.celestin.se/TestIndigo.htm)

Den här workshopen är till för föräldrar, vuxna Indigos, skolpersonal och andra vuxna.

Den här workshopen syftar till att öka kunskapen om Indigos och deras behov. Den tar främst upp de andliga aspekterna men också praktiska "vardagsnyttigheter".

Du kommer att få möjlighet att utbyta erfarenheter med andra deltagare.

Vi kommer att prata om.....

Indigobarnens funktion sett ur ett världs perspektiv

Indigobarnen och intuition

Kost - sömn - motion

Att ersätta maktkamper med förhandling

Indigobarnen och utanförskap

---

Lör 25

Meditation till nymånen. Healing ingår för den som önskar. Pris: 100 kr.

18.30-20.00. F

Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, [barbro@phenix.se](mailto:barbro@phenix.se)

---

Lör 25

Dynamisk healing med Sofia Lipska, ger behandlingar t.o.m. den 2/5. F  
Boka tid ring Sofia. 08-30 09 55 mellan kl. 10-14,  
[www.atmajyoti.se/healing.html](http://www.atmajyoti.se/healing.html)

---

Mån 27

Feldenkrais. 17.30-18.30. F  
Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, [ulrika.fellander@medicalmarket.se](mailto:ulrika.fellander@medicalmarket.se)

---

Tis 28

Livets 7 andliga lagar. Pris: 200 kr. 18.00-20.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, [barbro@phenix.se](mailto:barbro@phenix.se)

---

Tis 28

Gratis informations för terapeuter. Alpha Plus produkter, tema  
Näringsgrund. 19.00-21.30. F  
Ewa. 070-220 02 91, [utbildning@alpha-plus.se](mailto:utbildning@alpha-plus.se), [www.alpha-plus.se](http://www.alpha-plus.se)

---

Tis 28

Tao Yoga. 18.00-19.00. Pris: 120 kr. F  
Irene Andersson. 073-948 39 43, [irene@phenix.se](mailto:irene@phenix.se), [www.bodycoach.nu](http://www.bodycoach.nu)

---

Ons 29

Ministrålna i Vasastan. 16.00-18.00. F  
Kristina Alm. 0704-00 08 75, [kristina@phenix.se](mailto:kristina@phenix.se), [www.ministralarna.se](http://www.ministralarna.se)

---

Ons 29

Transmission Meditation - meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D  
Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, [www.transmissionmeditation.se](http://www.transmissionmeditation.se)

---

## Maj 2009

Lör 2

Grundkurs i Reiki. Lör-söndag. Pris: 1 500 kr. 11.00-18.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, [barbro@phenix.se](mailto:barbro@phenix.se)

---

Sön 3

Grundkurs i Reiki. Lör-söndag. Pris: 1 500 kr. 11.00-18.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, [barbro@phenix.se](mailto:barbro@phenix.se)

---

Mån 4

Feldenkrais. 17.30-18.30. F  
Ulrika Felländer. 0707-95 94 00, [ulrika.fellander@medicalmarket.se](mailto:ulrika.fellander@medicalmarket.se)

---

Mån 4

Dynamisk Pedagogik- Vägen till självinsikt 19.00-21.00.  
Lotta Sjöberg. 073-757 63 20, [lotta@phenix.se](mailto:lotta@phenix.se)

---

Tis 5

**PHENIXMINGEL. Välkommen & upplev Phenixklinikens stora  
utbud. 17.00-21.00. D**  
**Agneta Adsten. 08-33 99 14, [agneta@phenix.se](mailto:agneta@phenix.se)**

---

Ons 6

Transmission Meditation - meditation för den nya tidsåldern 19.00 -?. F/D  
Tommy P.A. Larsson, 073-642 00 06, [www.transmissionmeditation.se](http://www.transmissionmeditation.se)

---

Fre 8

Bluegrasskören i Vasastan. VT-09 Övning. Pris: 500 kr/terminsavgift. 17.00-19.30. F  
Kristina Alm. 0704-00 08 75, [kristina@phenix.se](mailto:kristina@phenix.se)

---

Lör 9

Qvinnans Qigong. 10.00-17.00. Pris: 1.500 kr. F  
Irene Andersson. 073-948 39 43, [irene@phenix.se](mailto:irene@phenix.se), [www.bodycoach.nu](http://www.bodycoach.nu)  
En kurs för dig som vill utforska Taoistiska övningar för kvinnor! Vi använder oss av olika tekniker, såsom t.ex. äggstocksandning, bröstmassage, knip övningar, 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.

---

Lör 9

Meditation under fullmånen. Healing ingår för den som önskar. Pris: 100 kr. 18.30-20.00. F  
Barbro Geschwind. 0703-72 38 58, [barbro@phenix.se](mailto:barbro@phenix.se)

---

Sön 10

Qvinnans Qigong. 10.00-17.00. Pris: 1.500 kr. F  
Irene Andersson. 073-948 39 43, [irene@phenix.se](mailto:irene@phenix.se), [www.bodycoach.nu](http://www.bodycoach.nu)

**Nu är det vår!**