

Refleksologia: Terapia poprzez uciskanie „refleksów” na ciele

Data publikacji: 30.08.2022 16:00

Zdrowie i dobra kondycja naszego ciała pozwalają cieszyć się życiem bez ograniczeń. Współczesna medycyna pozwala na coraz efektywniejsze pomaganie osobom, które w wyniku choroby lub wypadku muszą mierzyć się z obniżoną jakością życia lub niepełnosprawnością w dowolnym obszarze. Nowoczesne podejście do pacjenta opiera się na jak najszybszym objęciu go kompleksową opieką, której elementem jest rehabilitacja.

Terapia poprzez uciskanie „refleksów” na ciele

Rehabilitacja to szereg działań (lecniczych, psychologicznych, społecznych, organizacyjnych, technicznych i edukacyjnych) podejmowanych na rzecz konkretnej osoby i mających na celu przywrócenie całkowitej lub przynajmniej częściowej sprawności fizycznej lub psychicznej. To forma kompleksowego wsparcia pacjentów, konstruowanego w oparciu o rodzaj i rozległość problemów.

Jedną z metod rehabilitacji jest refleksologia. Jej koncepcja opiera się na uciskaniu na ciele określonych punktów, nazywanych refleksami, znajdujących się na dłoniach, twarzy, a także na stopach (punkty stopy inaczej nazywane są receptorami). Refleksy odpowiadają częściom ciała i narządom, a masaż ma za zadanie poprawić ich funkcjonowanie poprzez usprawnienie przepływu energii.

Stowarzyszenie NA RZECZ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I ZAGROŻONYCH WYKLUCZENIEM SPOŁECZNYM "ŹRÓDŁO AKTYWNOŚCI" otrzymało grant dzięki któremu organizuje właśnie zabiegi refleksologii dla osób niepełnosprawnych posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym i umiarkowanym z terenu powiatu cieszyńskiego. W ramach programu planowanych jest 6 spotkań (środy) począwszy od 7 września w siedzibie Biblioteki w Hażlachu.

- W stopach znajduje się ponad 1000 zakończeń nerwowych , a więc nie tylko nas noszą przez życie, ale też są fundamentem dla właściwego funkcjonowania naszego organizmu . Stopy to lustrzane odbicie naszego organizmu .Zrozumiałam ten fakt ,gdy opracowywałam stópki mojego Syna przed i po zabiegu na żołądku - przed stopki miały jednolity kolor ,natomiast tuż po zabiegu na refleksie żołądka zobaczyłam czerwony punkcik . Punkty które są uciskane podczas zabiegu Refleksologii pobudzają cały organizm do harmonijnego funkcjonowania . Czym zatem jest Refleksologia? Jest to precyzyjna praca na stopach mająca na celu usunięcie napięć w stopach ,a tym samym napięć w organizmie – mówi Aneta Brudny, która poprowadzi zajęcia w Hażlachu.

Stowarzyszenie „Źródło aktywności” również od 15 września zaprasza osoby niepełnosprawne oraz zagrożone wykluczeniem społecznym na zajęcia z relaksacji i zajęcia ruchowe, które odbywać się będą w godzinach 16:00 – 18:00.

Osoby zainteresowane udziałem w takich spotkaniach zapraszamy do kontaktu przez e maila zrodloaktywnosci@gmail.com lub przez stronę Facebooka: Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „ Źródło Aktywności”.