EUROPESE ACADEMIE
VOOR NATUURLIJKE GEZONDHEIDSZORG
Antwerpen-Gent-Genk-Maastricht

Opleidingen, specialisaties, bijscholingen, open cursussen, trainingen

Onze docenten maken het verschil!

OPLEIDINGEN

Een opleiding is gericht op het beroepsprofiel, de beroepstaken en mogelijkheden binnen de natuurlijke gezondheidzorg. Onze opleidingen beantwoorden aan de oproep van de overheid die aanbeveelt dat de mensen zelf initiatief moeten nemen om hun gezondheid te verbeteren om ziekte te voorkomen. De reguliere gezondheidszorg is immers onbetaalbaar geworden. Ieder mens draagt in zich een zelfgenezend, zelfreinigend en een zelfherstellend mechanisme dat op natuurlijke wijze en met natuurlijke middelen geactiveerd wordt. Soms is een medische behandeling noodzakelijk en dan zorgt de eigen inbreng voor een snelle en grondige genezing.

Gezondheidstherapeut
Herborist
Voedingscoach
Lifestyle & Burn-out coach
Fytotherapeut
Aromatherapeut

Driejarige opleiding + 1 jaar practicum en stage

GEZONDHEIDSTHERAPEUT

Beoefenaar van de natuurgeneeskunde

Leslocatie Antwerpen

Natuurgeneeskunde betekent dat een ziekte van binnenuit en niet van buitenaf wordt behandeld. Ieder mens beschikt over een zelfgenezend, zelfreinigend en zelfherstellend mechanisme. Door deze op natuurlijke wijze of met natuurlijke middelen te stimuleren voltrekt zich het genezingsproces. Natuurgeneeskunde lost talrijke gezondheidsproblemen op zonder enige vorm van bijwerking. Voor ernstige klachten biedt de natuurgeneeskunde een zinvolle ondersteuning naast de reguliere behandeling. Het is een groot voordeel dat de patiënt een actieve bijdrage levert aan zijn genezingsproces.

Tijdens deze opleiding leert u talrijke natuurlijke therapieën toepassen op proefpersonen en patiënten, want de opleiding is praktijkgericht. U verdiept zich in de medische basiskennis en de psychosociale basiskennis. Beide vakken worden gegeven volgens de PLATO-eindtermen. Veel aandacht gaat naar het afnemen van een intakegesprek, het uitwerken van een therapieplan, en het begeleiden van cliënten. Na drie jaar studies, krijgt u de gelegenheid om gedurende een extra jaar uw kennis en ervaring in praktijk te oefenen en uw opleiding af te sluiten met de verdediging van een PIO (Praktijkgerichte Integrale Opdracht) voor de examencommissie. Gezondheidstherapeut is een degelijke opleiding met voldoende professionele mogelijkheden en waar uzelf veel aan hebt door uw inzichten in ziekten en gezondheid te verruimen.

LEERPROGRAMMA: 1ste jaar

Persoonlijkheidsanalyse, intakegesprek: 24 lesuren
Typologie, constitutieleer, fysionomiek en persoonlijkheidstesten.
Natuurgeneeskunde: 18 lesuren
Achtergronden en natuurgeneeskundige principes.
Natuurgeneeskundige toepassingen: 15 lesuren
Het behandelen van acute en chronische klachten.
Massagetherapie: 21 lesuren
De kunst van de zachte aanraking.
Algemene en Bijzondere voedingsleer: 24 lesuren
Macro- en micronutriënten, voedselkeuze, zuur-base evenwicht, voedselcombinaties, bio-energetische voedingsaspecten.
Psychosociale basiskennis, deel 1: 24 lesuren
Psychologie, diagnose en intakegesprek, volgens de PLATO-eindtermen.
Anatomie en fysiologie: 21 lesuren
Bouw en werking van het menselijk lichaam volgens de PLATO-eindtermen.
Pathologie: 18 lesuren
De meest voorkomende ziektebeelden volgens de PLATO-eindtermen.

Opgelet: Vrijstelling van de medische vakken wordt verleend op basis van een diploma van een bachelor of masteropleiding met een gelijkwaardig leerprogramma.

PROGRAMMA 2de jaar

Voedingstherapie: 24 lesuren
Het behandelen van ziekten door voeding.
Stressbeheersing: 15 lesuren
Ontspanningstechnieken voor lichaam en geest.
DSR, deel 1: 24 lesuren
Manuele behandeling van de huidsegmenten met hun reflectorische werking.
PSR, deel 1: 24 lesuren
Manuele behandeling van de voetsegmenten en hun reflectorische werking.
Psychosociale basiskennis
Psychopathologie en psychotherapie volgens de PLATO-eindtermen.
Anatomie en fysiologie: 27 lesuren
Bouw en werking van het menselijk lichaam volgens de PLATO-eindtermen.
Pathologie: 27 lesuren
De meest voorkomende ziektebeelden volgens de PLATO-eindtermen.

PROGRAMMA 3de jaar

Richtlijnen stage: 3 lesuren
Interne stage, verslagen leren uitschrijven en beoordeling.
Farmacologie: 18 lesuren

Inleiding in de biologische geneesmiddelenleer.
Fytotherapie (kruidengeneeskunde): 27 lesuren
Kruiden, inhoudsstoffen, toedieningsvormen en toepassingen.
Aromatherapie: 21 lesuren
Het toepassen van etherische oliën en zij vele mogelijkheden.

PROGRAMMA 4de jaar, PRACTICUM

Irisscopie en practicum: 45 lesuren.
Het bepalen van de gezondheidstoestand vanuit de iris.
Het begeleiden van kankerpatiënten: 12 oefenuren.
Gesprekstherapie, affirmaties, relaxatie en voedingsadviezen.
Practicum aanvullende therapieën: 60 oefenuren.
Apitherapie, Enzymtherapie, Acetotherapie, Probiotica, Gemmotherpie.
Practicum Biofarmacotherapieëen: 24 oefenuren.
Kennis en ervaring worden in de praktijk omgezet.
Practicum manuele therapieën; 24 oefenuren.
Oefenen op proefpersonen of patiënten.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding:
Avondopleiding in Antwerpen: start op zaterdag 3 oktober 2020.
Dagopleiding in Antwerpen: (1 dag per week), start op 3 december 2020.
Duur: 3 jaar + 1 jaar practicum en stage.
Studiebelasting: 165 uren per academiejaar.
Lesdagen: zie www.europeseacademie.be
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs
Examen: na ieder vak toets, opdracht of praktijkexamen.
Lesgeld: 1399 euro
Studieboeken: niet inbegrepen, zie boekenlijst.
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: via www.europeseacademie.be/Inschrijving.

Tweejarige opleiding

HERBORIST

Artisanaal en creatief bezig zijn met kruiden

AVONDOPLEIDING in Antwerpen, Gent en Maastricht

Kruiden leren herkennen, plukken en bereiden tot genezende kruidenmiddelen. U maakt kennis van de fascinerende wereld van kruiden en de vele toepassingen. Een tweejarige praktijkgerichte opleiding waarbij de ogen, neus en handen de werktuigen zijn. U trekt de natuur in op zoek naar de kruiden die er groeien om ze nadien in het kruidenatelier te bereiden tot waardevolle middelen. U leert kruiden drogen, pletten, roeren, mengen en ruiken om te genieten van de diepe en krachtige aroma's. Onze studenten zijn verrast dat ze op korte tijd veel leren. Er gaat veel aandacht naar de juiste verpakking, het etiket, de gebruiksaanwijzing en flyer waarin uw eigen kruidenmiddelen staan beschreven.

Als gediplomeerde herborist heeft u de mogelijkheid zich te specialiseren en uw kennis te verruimen o.a. door de bijscholing Meester Herborist, Kruidengids, Kruidenbereiding voor huisdieren, Kruiden voor kinderen, Kruidentuinen, Gezondheidstuinen, enz. De Europese Academie biedt u de meest complete en professionele opleiding aan tot herborist met talrijke specialisaties. Kwaliteit is verzekerd. Onze docenten maken het verschil!

LEERPROGRAMMA 1ste jaar

Kruidenkennis: 24 lesuren.
Kennismaking met de wereld van de kruiden en zijn toepassingen.
Inhoudsstoffen: 18 lesuren.
Kruiden bevatten genezende inhoudsstoffen met bijzondere eigenschappen.
Kruidenbereidingen (Kruidenatelier): 24 lesuren.

Recepten samenstellen, nauwkeurig afwegen van de ingrediënten, mengen, roeren, pletten, zeven, distilleren, extraheren, macereren, enz.
Biologie: 12 lesuren
Inleidende begrippen aansluitend op plantkunde
Plantkunde: 39 lesuren
Botanische begrippen en determineren van kruiden.
Anatomie, fysiologie en pathologie, deel 1: 15 lesuren.
De invloed van kruiden op het menselijk lichaam.

LEERPROGRAMMA, 2de jaar

Kruidenkennis, deel 2 : 24 lesuren.
Belangrijke aspecten en toepassingen.
Kruidenbereiding (Kruidenatelier : 27 lesuren.
Recepten samenstellen, nauwkeurig afwegen van de ingrediënten, mengen, roeren, pletten, zeven, distilleren, extraheren, macereren, verpakking en etikettering.
Kruidenadviezen: 15 lesuren.
Aanbeveling van kruiden bij ziekten.
Anatomie, fysiologie en pathologie, deel 2: 21 lesuren.
Invloed van kruiden op het menselijk lichaam.
Aromaleer, aromatherapie: 15 lesuren.
Werking en toepassing van etherische oliën.
Veldwerk: 42 lesuren.
Kruiden in de natuur zoeken binnen hun specifiek biotoop.
Natuurgeneeskundige adviezen: 18 lesuren.
Het toepassen van natuurlijke remedies.
Beroepsethiek: 3 lesuren.
Beroepstaken, vestigingsmogelijkheden en wetgeving

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Antwerpen, Gent en Maastricht.
Duur: 2 jaar
Studiebelasting: 1ste jaar 135 lesuren, 2de jaar ……..
Lesgeld: 1ste jaar ……., 2de jaar …….
Lesdagen: zie www.europeseacademie.be
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs
Examen: na ieder vak toets, opdracht of praktijkexamen.
Lesgeld: …… euro 1ste jaar
Studieboeken: niet inbegrepen, zie boekenlijst.
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: via www.europeseacademie.be/Inschrijving.

Eenjarige opleiding

VOEDINGSCOACH

Bewust omgaan met gezonde voeding

AVONDOPLEIDING in Antwerpen, Gent en Maastricht

De consument staat kritisch tegenover de voedingsindustrie met zijn E-nummers, smaakversterkers, kleurstoffen, kunstmatige aroma's, bewaringsmiddelen, toegevoegde suikers, gemodificeerd zetmeel en de doorgevoerde industriële bereidingen. Vooral de lange vervaldata baren zorgen en wijzen op het gebrek aan versheid. Gezonde voeding is heel iets anders. Al die verpakkingen zijn niet milieuvriendelijk. De consument is op zoek naar gezonde voeding voor zichzelf en het gezin. Nieuwe inzichten in de voedingswetenschappen leren ons dat er veel is veranderd en dat men anders met voeding omgaat. De natuurlijke kleur- en smaakstoffen en de aroma's hebben een genezende werking en zijn onmisbaar zijn een goede gezondheid. De relatie voeding en gezondheid wordt steeds duidelijker.

Voeding blijft een actueel onderwerp omdat we driemaal per dag eten en dat onze gezondheid er door bepaald wordt. De voedingscoach heeft een belangrijke en gewaardeerde taak en begeleidt mensen zowel individueel als in groep met waardevolle adviezen, tips, voedingsdemonstraties en presentaties. U richt zich naar kinderen, jongeren, volwassenen, sportbeoefenaars, maar ook naar ouderen. In het bedrijfsleven komt men tot de vaststelling dat voeding een belangrijke bijdrage levert aan de gezondheid van de werknemers. Dit is een opleiding met professionele mogelijkheden.

LEERPROGRAMMA

Coaching: 30 lesuren
Persoonlijkheidsanalyse, coachtechnieken en intakegesprek.
Gastro-intestinale leer: 9 lesuren
Voeding in relatie tot het verteringsstelsel en de stofwisseling.
Algemene en Bijzondere voedingsleer: 24 lesuren
Macro- en micronutriënten, voedselkeuze, zuur-base evenwicht, voedselcombinaties, bio-energetische voedingsaspecten.
Genezend voedsel: 27 lesuren
Voedingsadviezen, fytonutriënten, gastrofysica en practicum.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Opleiding: Avondopleiding in Antwerpen, Gent en Maastricht
Duur: 1 academiejaar, van oktober tot eind juni.
Lesdagen: zie www.europeseacademie.be
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs
Examen: na ieder vak toets, opdracht of praktijkexamen.
Lesgeld: 795 euro
Studieboeken: niet inbegrepen, digitaal lesmateriaal is gratis.
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: via www.europeseacademie.be/Inschrijving.

Eenjarige opleiding

LIFESTYLE & BURN-OUT COACH

Begeleiden van cliënten met burn-out en emotionele problemen

AVONDOPELDING in Antwerpen, Gent en Maastricht

We leven in wereld die voortdurend verandert met steeds nieuwe prikkels en veel problemen. Steeds meer mensen geraken het levensritme kwijt en voelen zich voortdurend moe, uitgeput, staan onder stress, lijden aan burn-out of depressie en kunnen hun beroepsleven niet meer aan, ook het privéleven staat vaak onder druk. Burn-out is geen psychische aandoening en is als zodanig niet opgenomen in de DMS-5, het internationaal classificatiesysteem voor psychische en psychiatrische aandoeningen. Burn-out is een extreme vorm van vermoeidheid met uitputting als gevolg en komt vooral voor bij gedreven mensen die naar perfectie streven, te grote verantwoordelijkheid dragen en geen rustpauzes inbouwen. Ze plegen jarenlang zonder het te merken roofbouw op zichzelf.

De Lifestyle & Burn-out coach begeleidt deze mensen op natuurlijke wijze via een coachtraject zodat de vermoeidheid verdwijnt, het slaapritme zich herstelt, de levenswijze (lifestyle) zich normaliseert en dan weer zin in het leven krijgt. De ervaring leert ons dat deze directe en ongecompliceerde aanpak echt werkt. De Lifestyle & Burn-out coach maakt tijdens zijn opleiding kennis met talrijke doeltreffende coachtechnieken en methodieken. De opleiding is heel praktijkgericht.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Opleiding: Avondopleiding in Antwerpen, Gent en Maastricht
Duur: 1 academiejaar jaar van oktober tot eind juni.
Lesdagen: zie www.europeseacademie.be
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs
Examen: na ieder vak toets, opdracht of praktijkexamen.

Lesgeld: 795 euro
Studieboeken: niet inbegrepen, digitaal lesmateriaal is gratis.
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: via www.europeseacademie.be/Inschrijving.

LEERPROGRAMMA

Coaching: 30 lesuren
Persoonlijkheidsanalyse, coachtechnieken en intakegesprek
Burn-out: 15 lesuren
Probleemstelling, burn-out testen en coachtrajecten
Stressbeheersing: 15 lesuren
Biorelaxatie, ontspanningstechnieken en slaaptraining.
Gedragsverandering: 15 lesuren
Coachtechnieken en methodieken
Burn-out op de werkvloer: 15 lesuren
Omgaan met het werkritme, collega's en werkfuncties

Eenjarige opleiding

FYTOTHERAPEUT

Een volwaardige en complete opleiding in de fytotherapie

AVONDOPLEIDING in Gent en Maastricht

Fytotherapie of kruidengeneeskunde kent een grote belangstelling. De laatste jaren is er wereldwijd enorm veel onderzoek uitgevoerd op de genezende inhoudsstoffen. De werking van kruiden is wetenschappelijk aangetoond. Dit is een eenjarige praktijkgerichte opleiding waarin u kennis maakt met de natuurgeneeskundige principes, de farmacologie en fytotherapie met de verschillende toedieningsvormen en toepassingen. U leert op een praktische wijze uw inzichten in de fytotherapie verruimen, een intakegesprek afnemen, een ziekteprobleem bepalen en het geschikte kruidenmiddel kiezen in functie van de klacht. U leert therapeutisch handelen vanuit een ruime vakkennis. Het succes van deze opleiding ligt in zijn praktijkgerichte aanpak.

LEERPROGRAMMA

Natuurgeneeskundige basisprincipes: 6 lesuren.
Kennismaking met het zelfgenezende, zelfreinigende en zelfherstellend mechanisme.
Farmacologie: 18 lesuren.
U verruimt uw inzichten in de biologische geneesmiddelenleer.
Fytotherapie: 42 lesuren.
U leert met de fytotherapeutische middelen werken en veelzijdig toepassingen.
Fytotherapeutisch practicum: 9 lesuren.
Om uw kennis in praktijk om te zetten.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Gent en Maastricht
Duur: 1 academiejaar van oktober tot eind juni.
Lesdagen: zie www.europeseacademie.be
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs.
Examen: De opleiding wordt afgesloten met praktijkopdrachten.
Lesgeld: 650 euro
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Eenjarige opleiding

AROMATHERAPEUT

Een volwaardige en complete opleiding in de aromatherapie

AVONDOPLEIDING in Gent en Maastricht

Aromatherapie is een bijzondere therapie. Uit aromatische kruiden wordt de etherische olie gedistilleerd. Door zijn hoge concentratie bevat één druppel tientallen genezende stoffen. De geurstoffen worden via de geurhersenen opgenomen en komen direct in contact met de hersenen en het zenuwstelsel. Deze magische druppel zorgt voor een explosieve werking in het hele lichaam. De mogelijkheden van aromatherapie zijn veelzijdige en helpen zowel op fysiek als op psychische en emotioneel vlak zoals bij depressie, emotionele problemen, angst, stress, slaapproblemen, vermoeidheid, uitputting, burn-out, verbetering van het geheugen enz. Inname, inhalatie, massage, bad, verstuiven, kompres enz. zijn toepassingen.

LEERPROGRAMMA

Natuurgeneeskundige basisprincipes: 6 lesuren.
Kennismaking met het zelfgenezende, zelfreinigende en zelfherstellend mechanisme.
Farmacologie: 18 lesuren.
U verruimt uw inzichten in de biologische geneesmiddelenleer.
Aromatherapie: 33 lesuren.
U maakt kennis met alle aspecten van de aromatherapie en de toepassingen.
Aromatherapeutisch practicum: 18 lesuren.
De opleiding wordt afgesloten met een uitgebreid practicum.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Gent en Maastricht
Duur: 1 academiejaar van oktober tot eind juni.
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs.
Examen: praktijkexamen.
Lesgeld: 650 euro. Indien u fytotherapie en aromatherapie volgt, heeft u vrijstelling van Natuurgeneeskunde en farmacologie en betaalt u 458 euro voor de opleiding Aromatherapie.
Beroepsmogelijkheden: Kan in hoofd- of bijberoep of in dienstverband worden beoefend.
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/inschrijving

BIJSCHOLINGEN EN SPECIALISATIES

Na een opleiding ontstaat vaak de behoefte om zich verder te verdiepen en dat kan via bijscholingen en specialisaties. De vzw Europese Academie biedt een aantal bijscholingen en specialisaties aan die direct na het beëindigen van de opleiding worden gevolgd, maar ook later kan men nog steeds instappen. Een bijscholing is altijd gekoppeld aan een eerder al gevolgde opleiding. Levenslang studeren past binnen onze huidige samenleving want studeren is een persoonlijke verrijking.

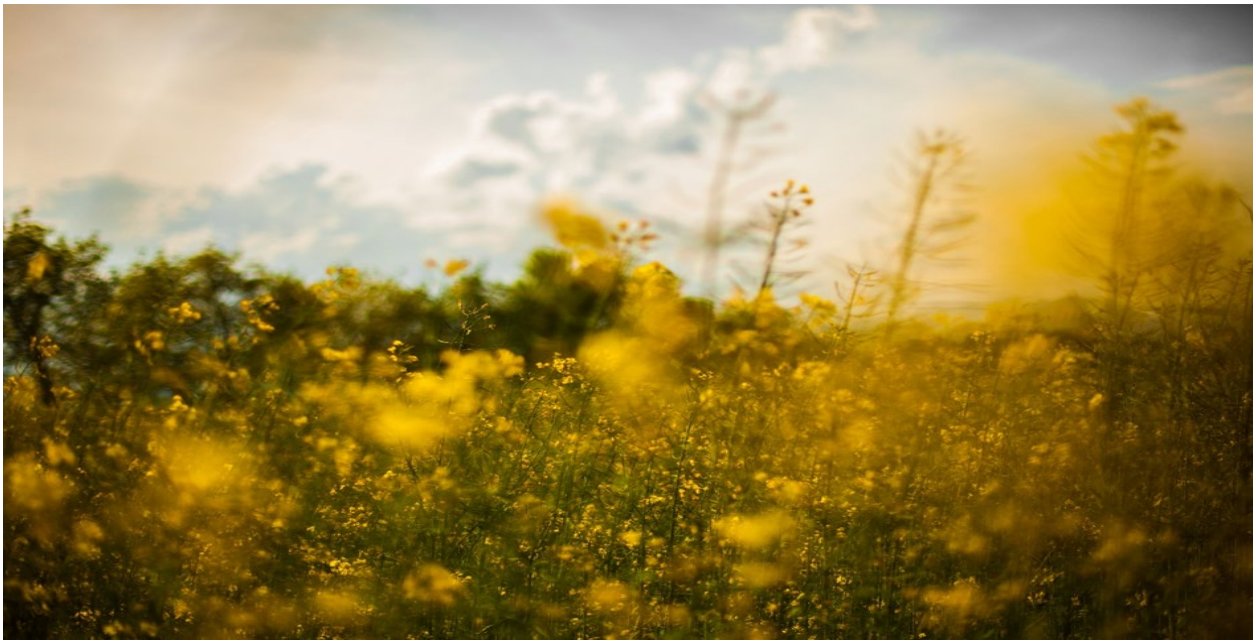
Meester Herborist
Kruidenbereidingen voor dieren
Irisscopie
Lymfedrainage

Een jarige specialisatie

MEESTER HERBORIST

Voor speciale kruidenbereidingen

AVONDOPLEIDING in Antwerpen, Gent en Maastricht



Meester Herborist is een specialisatie om zich verder te verdiepen in praktische vakgebieden van de Herborist. Het kruidenatelier staat centraal en is gericht op speciale bereidingen zoals diverse soorten kruidenzeep, zowel vloeibaar als in vaste vorm, natuurlijke cosmetica en lichaamsverzorging. Veel aandacht gaat naar de grondstoffenleer omdat er veel natuurlijke grondstoffen zijn om kruidenmiddelen te bereiden. Kruidentuinen zijn meer dan een verzameling van kruiden, het zijn plaatsen van verrijking van de kruidenkennis, maar ook van beleving tussen al deze geurende kruiden.

PROGRAMMA

Grondstoffenleer: 18 lesuren.
Diverse natuurlijke grondstoffen voor kruidenbereidingen.
Kruidenbereidingen (kruidenatelier): 30 lesuren
Veelzijdige en complexe bereidingen.
Kruidentuinen: 18 lesuren
Moderne en historische kruidentuinen, ontwerpen en begeleiding.
Beroepsteelt: 24 lesuren
Het kweken van een aantal kruiden, bodemgesteldheid, bemesting enz.
Facultatief
Kruidenbereidingen voor dieren: 15 lesuren

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Gent en Maastricht
Duur: 1 academiejaar van oktober tot eind juni.
Studiebelasting: 120 lesuren.
Vakantiedagen: gekoppeld aan het reguliere onderwijs.
Examen: praktijkexamen.
Lesgeld: …… euro.
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/inschrijving

Specialisatie

KRUIDENBEREIDINGEN VOOR DIEREN

Natuurlijke middelen voor het behandelen van dieren

AVONDOPLEIDING in Antwerpen, Gent en Maastricht

Ook dieren hebben recht op natuurlijke en zachte behandelingen op basis van kruiden. We denken aan honden, katten, paarden, schapen en geiten. De Europese Academie heeft een nieuwe cursus ontwikkeld op basis van haar jarenlange ervaring met kruiden en dieren. Kruidenmiddelen werken efficiënt en kennen geen bijwerkingen. Er is een ruim aanbod voor specifieke kruidenmiddelen tegen teken, vlooien, wonden, brandwonden, wratten, oor- en oogproblemen, verteringsproblemen, diarree, constipatie, wormen, slechte adem, zomereczeem en uiteraard een reeks verzorgingsproducten. Het ontsmetten van voerbakken, drinkbakken en slaapruimtes kan eveneens op basis van kruiden. Het is belangrijk om te weten dat kruiden een positieve invloed hebben op het gedrag van dieren. Een aanrader voor dierenliefhebbers.

LEERPROGRAMMA

Kennismaking met anatomie en fysiologie van de dieren.
Dieren hebben specifieke kenmerken waar we rekening mee houden.
Kruidenbereiding, kruidenatelier
Het bereiden gebeurt op dezelfde wijze, maar vaak met specifieke grondstoffen.
Verpakking en gebruiksaanwijzing
Het juiste gebruik van een kruidenmiddel is doorslaggevend.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Voorkennis: Diploma Herborist
Aantal lesuren : 15
Leslocaties: Gent en Maastricht
Lesgeld: ……. euro
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijvingen.
Opgelet: Kan gecombineerd worden met de opleiding Meester Herborist
Voor niet herboristen: zie open cursus ‘Natuurlijke dierenverzorging’.

IRISSCOPIE

Wat het oog u kan vertellen

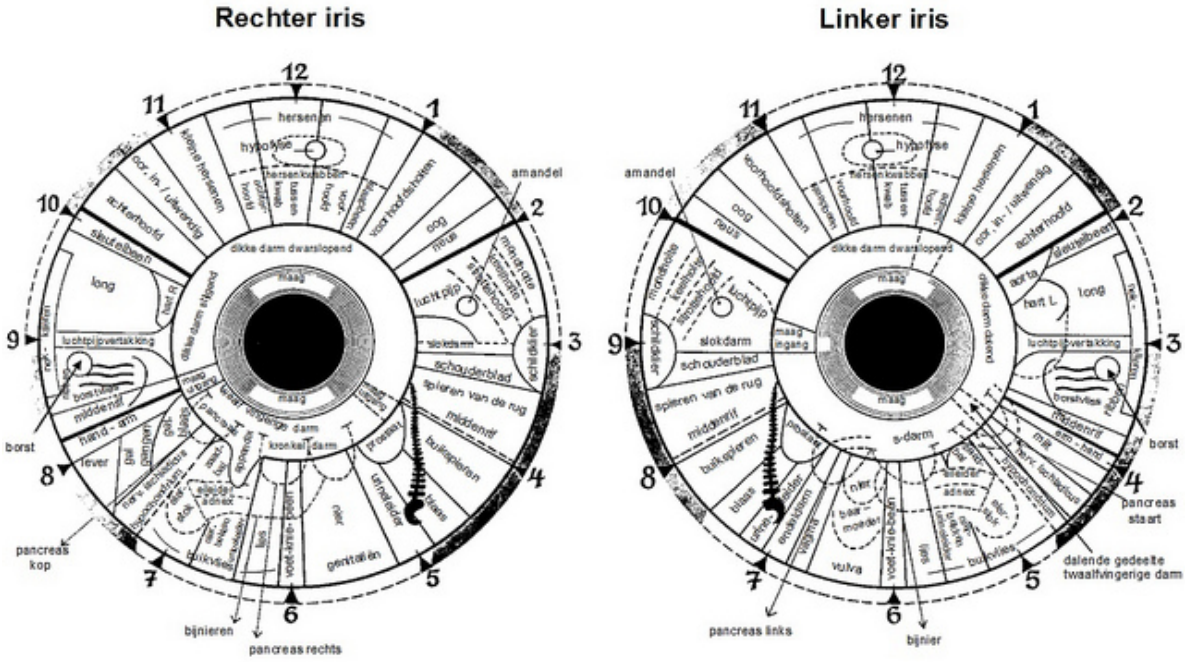
In de iris van het oog weerspiegelt zich het hele lichaam. Dit betekent dat afwijkingen in de iris kan wijzen op verstoringen in het lichaam. Door de iris vanuit een oogmicroscoop te bekijken, leest u de gezondheidstoestand van een persoon af alsook de kwaliteit van de organen en eventuele afwijkingen of ziekten. Dit beeld is vrij nauwkeurig en is een goede indicatie om iemand zijn gezondheid te beoordelen en behulpzaam te zijn.

LEERPROGRAMMA

Tijdens deze cursus maakt u kennis met deze boeiende observatietechniek, de topografie van de iris met de gezonde en afwijkende tekens, structuren en kleuren. Er wordt geoefend op cliënten wat de lessen erg levendig maakt. Het accent ligt op de vaardigheid en het beoordelingsvermogen.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Maastricht
Duur: 45 lesuren, 15 leseenheden
Data: zie website europeseacademie.be
Examen: praktijkexamen.
Lesgeld: 360 euro.
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving



Overzicht van de topografie van het rechter en linker oog.
Alle organen zijn in het oog terug te vinden.

Specialisatie

LYMFEDRAINAGE

De zachte stuwing naar reiniging

Lymfedrainage is een uiterst zachte behandeling van de lymfevaten om met een zachte stuwing de gifstoffen uit het lichaam te drijven en de waterhuishouding en de vochtcirculatie in beweging te brengen. Hierbij speelt de druksterkte, de druktijd, drukverloop en drukrichting een belangrijke rol. Elke handgreep bestaat uit een vloeiende druk met toe- en afname die elkaar ritmisch opvolgen. Tijdens deze opleiding wordt de lymfe over heel het lichaam behandeld. Het is een methode die toegepast wordt in de fysiotherapie, de lichaamsverzorging, maar ook in de natuurlijke gezondheidszorg.

LEERPROGRAMMA

Het leerprogramma loopt over 45 lesuren waarin de anatomie en de fysiologie van het lymfevatenstelsel worden besproken samen met de talrijke handgrepen en technieken. Het accent ligt voornamelijk op het oefenen van deze zachte handgrepen.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Soort opleiding: Avondopleiding in Maastricht
Duur: 45 lesuren, 15 leseenheden
Data: zie website europeseacademie.be
Examen: praktijkexamen.
Lesgeld: 360 euro.
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

OPEN CURSUSSSEN

Open cursussen kunnen door iedereen, los van een opleiding, worden gevolgd uit persoonlijke interesse of verrijking. Ze worden op de vier leslocaties aangeboden en zijn steeds van korte duur. Bij ieder open cursus staat de inhoud in het kort vermeld. Wenst u meer informatie, vraag deze aan via e-mail: europeseacademie@skynet.be

Algemene en bijzondere voedingsleer
Natuurgeneeskundige adviezen en remedies
Kruidenadviezen
Functionele plantkunde
Milieuvriendelijke levenswijze
Biomagnetisme
Natuurlijke dierenverzorging
Psychosociale basiskennis
Medische basiskennis
Kennis van het menselijk lichaam

Open cursus

ALGEMENE EN BIJZONDERE VOEDINGSLEER

Creatief en bewust omgaan met gezonde en milieuvriendelijke voeding

Op een eenvoudige, maar directe wijze maakt u kennis met de moderne inzichten in de voedingsleer. U leert de kwaliteit van uw voeding zelf bepalen wat erg handig is bij uw aankopen in de supermarkt. Welke E-nummers zijn gevaarlijk? Welke zoetstoffen moeten echt vermeden worden? Waarom zijn antioxidanten zo belangrijk en welke voedingsmiddelen zijn er rijk aan? Wat is het verschil tussen toegevoegde suikers, die erg ongezond zijn en natuurlijke suikers die uw hersenen, zenuwen en spieren voeden? Hoe kunt u glutenvrij eten en welke voedingsmiddelen leveren de beste vitaminen en mineralen? Hoe voorkomt u een opgezette buik? Waarom is olijfolie zo gezond? Welke bereidingstechnieken zijn aan te bevelen! Op al uw vragen krijgt u tijdens deze open cursus het juiste antwoord. Bezig zijn met voeding is erg creatief voor heel het gezin en verruimt uw kennis. Er wordt steeds meer wordt het verband gelegd tussen voeding en milieuvervuiling. Geen probleem want gezonde voeding is altijd milieuvriendelijk. Het is een vrij complete cursus waarin talrijke aspecten van de voeding worden behandeld (zie leerprogramma). De Europese Academie is gespecialiseerd in gezonde voeding. Onze docenten maken het verschil.

LEERPROGRAMMA

- Voeding, een complexprobleem en toch eenvoudig.
- Eiwit, vet en koolhydraat.
- Vitaminen en mineralen.
- Ballaststoffen en de darmflora
- Diepvries en kant-en-klare maaltijden
- De voedingsdriehoek
- Bereidingstechnieken
- Biologische kwaliteit
- Voedselkeuze

- Het bio-energetisch aspect
- Zuur-base evenwicht
- Voedselcombinaties
- De genezende werking van voeding
- De waterhuishouding en de natrium/kalium verhouding
- De voeding voor iedere dag
- Overschakelen op gezonde voeding.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: 24 lesuren.
Lesgeld: 185 euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

NATUURGENEESKUNDIGE ADVIEZEN EN REMEDIES

Natuurlijke behandelingen van klachten binnen het gezin

Veel voorkomende kwaaltjes kan men zelf met eenvoudige en natuurlijke remedies behandelen. Goedkoop, trefzeker en zonder bijwerking. De overheid dringt aan op meer zelfbehandeling. Bij ernstige problemen raadpleegt u steeds een arts. Talrijke oude remedies zijn wetenschappelijk onderzocht en werd aangetoond dat ze wel degelijk werken. U kunt ontzettend veel doen met kruiden, voedingsmiddelen, maar ook met honing en andere bijenproducten. Azijn is een wondermiddel voor inwendig en uitwendig gebruik. Een lig- of zitbad, voet- en armbaden, oogbaden, begieting, wikkels, kompressen, pleisters en maskers zijn eenvoudig toe toepassen in ieder gezin. Dit is een uitzonderlijke en druk bezochte open cursus omdat al deze remedies gebruiksvriendelijk zijn. Een goede raad, schrijf u tijdig in!

LEERPROGRAMMA

Natuurlijke gezondheidszorg
Natuurgeneeskundige principes
Apitherapie:

- Het behandelen van wonden met honing.
- Honing als natuurlijke antibiotica.
- Honing als rustgevend middel bij stress, slapeloosheid of depressie.
- Maskers op basis van honing.

- Propolis tegen infecties.
- Stuifmeel om de immuniteit te verhogen.
- Stuifmeelmaskers.

Lipotherapie:

- Plantaardige olie als geneesmiddel.
- Oliekauwen als reiniging.
- Olie bij darmverstopping.

Acetotherapie:

- De kracht van azijn en andere zure producten.
- Inwendig en uitwendig gebruik.
- Citroensap doet wonderen.
- Melkwei (Molkosan) en yoghurtbehandelingen.

Hydrotherapie

- Ligbaden
- Zitbaden
- Voet- en armbaden
- Oogbaden
- Begieting
- Wikkels, kompressen, pleisters en maskers.

Kleitherapie

- Maskers en huidbehandeling.
- Inwendig als reinigingskuur.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: 24 lesuren.
Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

KRUIDENADVIEZEN

Om kruiden toe te passen bij ziekten of om de gezondheid te activeren

Kruidenadviezen zijn raadgevingen rond de toepassing van kruiden bij de meest uitlopende ziekten. U maakt kennis met de genezen werking van het kruiden, de toedieningsvormen en de toepassingen. U leert werken vanuit een kruidenregister, een ziekteregister, het leggen van relaties en kruidenrecepten samenstellen en aanbevelen bij bepaalde klachten. Een praktische en doelgerichte open cursus.

LEERPROGRAMMA

Herwaardering van de kruiden

- Planten en plantendelen
- Genezende inhoudsstoffen
- Kruiden,dragers van licht
- Toedieningsvormen
- Omkadering

Kruidenregister
Ziekteregister
Kruidenrecepten
Aandoeningen met bijhorende recepten

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.

Studiebelasting: ….. lesuren.
Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

FUNCTIONELE PLANTKUNDE

Planten in het voor- en het najaar

Er is een grote belangstelling voor het milieu en alles wat er in de natuur leeft. Vandaar dat deze open cursus een groot succes is. U wordt vertrouwd gemaakt met botanische begrippen, plantenfamilies en biotopen. U leert planten determineren d.w.z. aan de hand van uiterlijke kenmerken en eigenschappen kunt u de naam en de plantenfamilie bepalen. Op relatief korte tijd wordt uw kennis over planten enorm vergroot. De kruiden zijn planten met een geneeskrachtige werking. Dit is een echte aanrader voor mensen met een hart voor de natuur.

LEERPROGRAMMA

- Groei- en levensvormen van de plant.
- Wortel- en ondergrondse stengels.
- Bovengrondse stengel, stam en takken.
- Blad en bladvormen.
- Bloeiwijze, knoppen en bloem.
- Vruchten en zaden.
- Systematiek van de planten.
- Planten determineren.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: ….. lesuren.
Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Insch

Open cursus

MILIEUVRIENDELIJKE LEVENSWIJZE

Inspiratie om de planeet te redden vanuit ons dagelijks leven!

De klimaatcrisis eist onze aandacht op en zet ons aan dringend te handelen. Iedereen heeft kritiek op het klimatologisch wanbeleid van de overheid en we dromen van een schone, groene wereld. We vergeten echter dat de mens de oorzaak is van de milieuvervuiling. Het klimaatdebat begint op ons bord, bij ons consumptiegedrag en onze verspillingszucht. We kunnen ontzettend veel doen zonder dat we daarvoor veel moeten prijsgeven. Kleine verbeteringen met positieve gevolgen die veel voldoening geven. Het is een boeiende cursus met directe bruikbare tips die iedereen in zijn leven of gezin kan toepassen. Gezond eten is milieuvriendelijk, goed voor onze conditie en voor onze portemonnee!

PROGRAMMA

- De relatie mens en natuur.
- Gezonde voeding is milieuvriendelijk.
- Herbruikbare energie.
- Biologische land- en tuinbouw.
- Anders omgaan met water.
- Afval, verpakking en recycleren.

- Beperk plastic.
- Natuurlijke vriendelijke tips
- De natuur als bron van gezondheid

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: 15 lesuren.
Lesgeld: 120 euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Insch

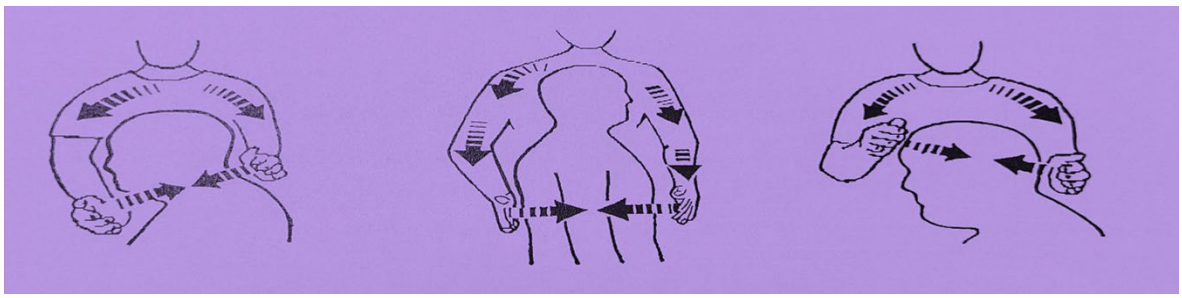
*Foto bron: “Wij zijn allemaal Greta, Inspiratie om de wereld te redden” door Valentina Giannella

Open cursus

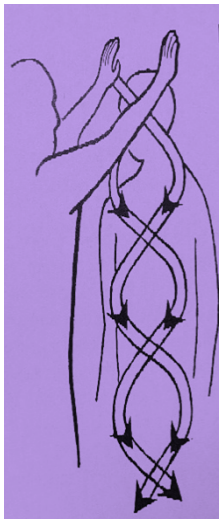
BIOMAGNETISME

Genezende handen vol energie

De mens beschikt over een groot energieveld of trillingssysteem. Ieder menselijk cel bevat levenskracht en de hersenen vormen een groot verdeelcentrum dat via de zenuwbanen energie door heel het lichaam doet stromen, net als het bloed dat drager is van energie. Een te veel aan energie wordt via de handen afgevoerd, maar kan overgedragen worden op mensen die een tekort aan energie hebben en zich zwak en futloos voelen. Energie wordt overdragen op zenuwcentra of plexi en op ontvankelijke huidgebieden. Tijdens deze open cursus leert u



energie overbrengen op anderen die daar nood aan hebben. Er is geen gevaar van uitputting omdat u zichzelf spontaan oplaadt. De toepassingen zijn onbegrensd zowel bij mens als dier.
Dit is een open cursus met een fascinerende ervaring.



LEERPROGRAMMA

- Gedachteloosheid
- Concentratie
- Energie leren voelen
- Zenuwcentra of plexi
- Instralen van energie
- Zichzelf opladen
- Biomagnetische blik
- Gerichte behandelingen bij klachten

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: 36 lesuren.
Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

NATUURLIJKE DIERENVERZORGING

Behandel uw huisdieren op natuurlijke wijze!

Uw huisdier kunt u met kruiden, aromatherapie, natuurlijke zalfjes en veel meer behandelen en verzorgen. Dier- en milieuvriendelijke middelen werken efficiënt en kennen geen bijwerkingen. Maak gebruik van natuurlijke middelen tegen teken, vlooien, wonden, brandwonden, wratten, oor- en oogproblemen, verteringsproblemen, diarree, constipatie, wormen, slechte adem, zomereczeem enz. Het ontsmetten van voerbakken, drinkbakken en slaapruimtes kan eveneens op basis van kruiden. Het gebruik van natuurlijke middelen heeft een positieve invloed hebben op het gedrag van dieren.

LEERPROGRAMMA

- Verschillende soorten huisdieren.
- Kennismaking met de anatomie en fysiologie van het dier
- Het verschil tussen huid en vacht.
- Lichaamstaal van het dier en de verzorger.
- Ziekten en symptomen herkennen.
- Natuurlijke verzorging.
- Natuurlijke verzorgingsmiddelen.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: ….. lesuren.

Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

PSYCHOSOCIALE BASISKENNIS

Psychologie, psychopathologie en psychotherapie

Deze open cursus is op hoger cognitief niveau en beantwoordt aan de psychosociale basiskennis volgens de PLATO-eindtermen. Na afsluiting van deze cursus is het mogelijk om een bijkomend diploma van CPION (NL) te ontvangen wat recht geeft op terugbetaling door de Nederlandse zorgverzekering aan uw cliënten. De psychopathologie beantwoord aan de DSM-5. Dit is een complete cursus.

LEERPROGRAMMA

- Psychologie
- Psychopathologie
- Psychotherapie

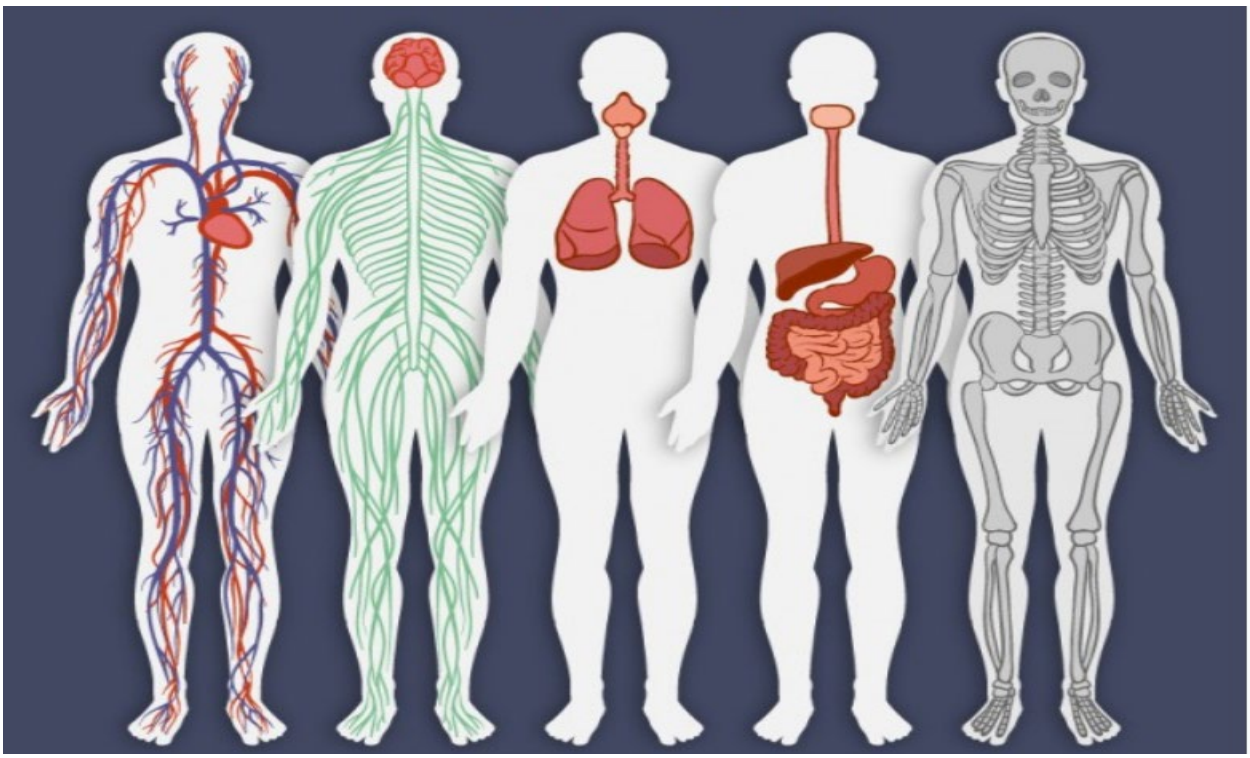
PRAKTISCHE GEGEVENS

Studiebelasting: 54 lesuren.
Leslocatie: Antwerpen
Lesdagen: zie website www.europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

Open cursus

MEDISCHE BASISKENNIS

Kennis van het menselijk lichaam



Open cursus

MEDISCHE BASISKENNIS

Volgens de PLATO-eindtermen

Deze open cursus beantwoordt aan de medische basiskennis volgens de PLATO-eindtermen en wordt gegeven op hoger cognitief niveau, maar op een begrijpelijk manier met ondersteuning van beeldmateriaal. De anatomie, fysiologie en pathologie worden besproken volgens de stelsel. Deze open cursus is verspreidt over 3 academiejaren met een studiebelasting van 150 lesuren en wordt enkel aan de Europese Academie van Antwerpen gegeven. Na afsluiting van deze cursus is het mogelijk om een bijkomend diploma van CPION (NL) te ontvangen wat recht geeft op terugbetaling door de Nederlandse zorgverzekering aan uw cliënten. Bij belangstelling raden we u aan contact op te nemen met het hoofdkantoor om de duur, het lesgeld en bijhorend lesmateriaal te bespreken. Dat kan per e-mail: europeseacademie@skynet.be of bel even naar 089-355246.

Open cursus

KENNIS VAN HET MENSELIJK LICHAAM

Om uw inzichten in het menselijk lichaam te verruimen!

Dit is een gevulgariseerde open cursus om uw inzichten in het menselijk lichaam te verruimen en uw medische kennis te vergroten. De anatomie (bouw), de fysiologie (werking) en de pathologie (ziekteleer) worden op een eenvoudige en begrijpelijke manier besproken aan de hand van de stelsel. Deze open cursus bestaat uit twee delen en is verspreid over twee academiejaren. Een betere gezondheid begint bij kennis.

LEERPROGRAMMA

Deel 1:

- **Mensen en gezondheid**
- **Homotoxicologie**
- **Huid**
- **Skelet**
- **Spierstelsel**

Deel 2:

- **Verteringsstelsel**
- **Hart, bloedvaten en lymfevatenstelsel**
- **Ademhalingsstelsel**
- **Nieren en urinewegen**
- **Hormoonstelsel**
- **Zenuwstelsel**
- **Voortplantingsstelsel**
- **Aanvullende gezondheidskennis**

PRAKTISCHE GEGEVENS

Studiebelasting:
Lesgeld:
Data en leslocatie
Antwerpen:
Gent:
Maastricht:

PRAKTISCHE GEGEVENS

Leslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.
Leermethode: praktijkgericht en informatief.
Studiebelasting: ….. lesuren.

Lesgeld: …….. euro
Voorkennis: niet nodig.
Lesdagen per leslocatie: zie website europeseacademie.be
Inschrijving: zie www.europeseacademie.be/Inschrijving

TRAININGEN

Een training is een gerichte cursus om vaardigheden te ontwikkelen en is hoofdzakelijk prakrijk- en doelgericht. Onze trainingen zijn gericht op het verbeteren van de levenskwaliteit en het optimaliseren van het emotioneel welzijn. We bieden drie belangrijke trainingen aan: Geheugentraining, Slaaptraining en Relaxatietraining.

Geheugentraining
Slaaptraining
Relaxatietraining

Training

GEHEUGENTRAINING

Blijft actief en voorkomt Alzheimer

Het geheugen is het vermogen om verleden en toekomst aan elkaar te koppelen en om mentaal en emotioneel te functioneren. Het geheugen neemt niet af met ouder worden zoals vaak wordt beweerd, integendeel door de neuroplasticiteit worden de hersenen in de loop der jaren steeds actiever. Kennis en ervaring vergroten zich immers. Door allerlei negatieve invloeden, eigen aan deze hectische samenleving zoals milieuvervuiling, het gebruik van bepaalde medicijnen, verstoord slaapritme, aanhoudende stress en een negatieve instelling beïnvloeden de kwaliteit van het geheugen. Geheugenproblemen, dementie en de ziekte van Alzheimer komen steeds meer voor en vormen een groot maatschappelijk probleem. Daarom is het belangrijk om een geheugentraining te volgen. Onze geheugentraining is geïntegreerd in een totale aanpak van een gezonde levenswijze.

LEERPROGRAMMA

- Het geheugen zit in de hersenen.
- Geheugensystemen en -technieken.
- Cognitieve vaardigheden.
- Het lange en het korte termijngeheugen.
- Factoren die het geheugen negatief beïnvloeden.
- Concentratie, denksnelheid, logica en perceptie.
- Verbeterplan zodat verbetering snel zichtbaar wordt.
- Braintraining om dementie te voorkomen.

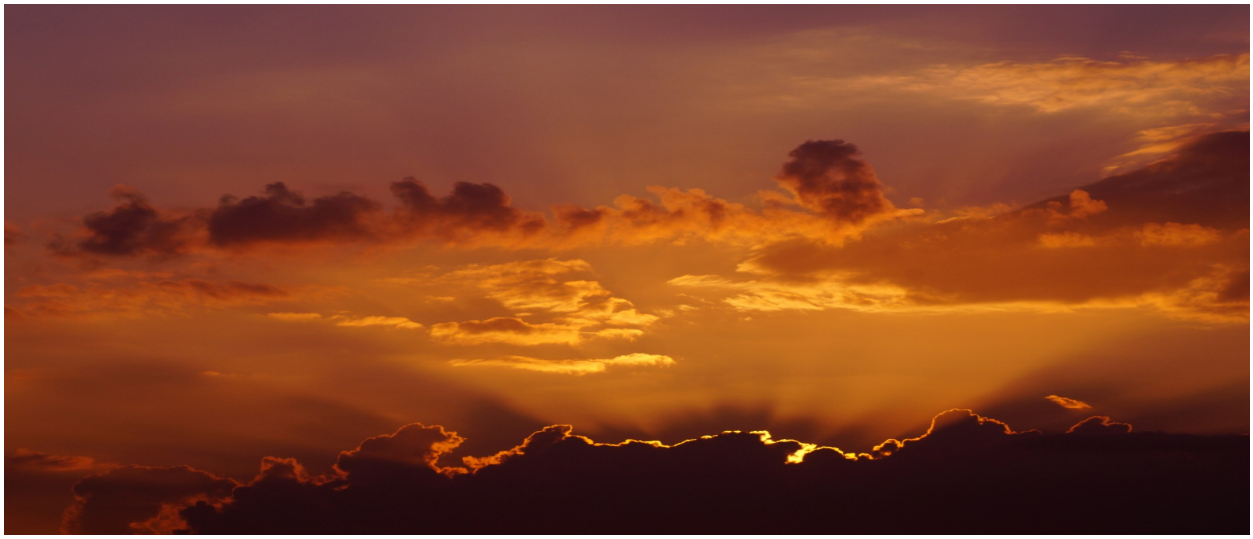
PRAKTISCHE GEGEVENS

Duur van de training: 5 sessies, 15 trainingsuren.
Lesgeld: 120 euro.
Lesmateriaal: gratis, digitaal.
Trainingslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.

Training

SLAAPTRAINING

Een diepe slaap is de basis van de gezondheid



Een gezonde slaap is de basis van een goede gezondheid. Tijdens de nacht reinigt en herstelt zich het lichaam, dit wil zeggen dat giftstoffen worden uitgescheiden of geneutraliseerd en dat de schade die de organen tijdens de dag hebben opgelopen, hersteld worden. Dromen heeft als functie de spanningen van de dag te verwerken of af te leiden. Bij een diepe nachtrust ontwaakt men als herboren. Helaas kampen veel mensen met slaapproblemen. Het slikken van slaaptabletten lost het probleem niet op, integendeel, ze verstoren nog meer het natuurlijk slaapritme. Er zijn externe factoren die het inslapen en het doorslapen bemoeilijken zoals te veel licht, lawaai, te laat eten, te lang naar tv kijken, een slecht matras enz. Dergelijke problemen zijn gemakkelijk op te lossen. De echte oorzaak bij slaapproblemen is de dag niet kunnen afsluiten omdat het onrustig blijft in uw hoofd. Zelfs na het inslapen blijft deze onrust de slaap verstoren waardoor men te vroeg wakker wordt en moeilijk opnieuw de slaap kan vatten. Tijdens deze slaaptraining leert u uw hoofd leegmaken door aan niets te denken. Dat lijkt vreselijk moeilijk, maar is het niet. Het slaapmechanisme bevindt zich in de hersenen en werkt in op de duisternis. Onze hersenen helpen ons om opnieuw goed en diep te slapen, we hoeven alleen maar het verstoorde ritme te herstellen en dat gaat sneller als men denkt. Tijdens onze slaaptrainingen vallen sommige deelnemers in slaap ondanks hun jarenlange slapeloosheid.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Duur van de training: 5 sessies, 15 trainingsuren.
Lesgeld: 120 euro.
Lesmateriaal: gratis, digitaal.
Trainingslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.

Training

RELAXATIETRAINING

Zo wordt u stressbestendig!

We worden dagelijks meerdere malen geconfronteerd met stress, denk aan het moordend verkeer, het plots geluid dat de stilte brutaal doorbreekt. Iedere vreemde beweging, licht, schaduw of een opstekende storm zijn stressoren waarop het stressmechanisme meteen reageert. Daarnaast is er een overvloed aan psychische, mentale en emotionele stressoren die deel uitmaken van onze levenswijze of beroepsleven. Constante blootstelling aan stressvolle situaties leidt tot spanning en angst en ligt aan de basis van een slechte fysieke conditie, talrijke ziekten en psychische en emotionele problemen. Burn-out en zelfs gedragsproblemen zijn vaak het gevolg van stress.

Onze hersenen beschikken niet alleen over een stressmechanisme, maar eveneens over een ontspanningsmechanisme. Een relaxatietraining is gericht op het herstellen van beide mechanismen door het toepassen van eenvoudige oefeningen. Positieve resultaten zijn op korte termijn bereikbaar. De relaxatietraining steunt op de principes van de Biorelaxatie, een methode die zijn efficiëntie al vele jaren heeft bewezen. We maken een onderscheid tussen lagere en hogere ontspanningsoefeningen.

LAGERE ONTSPANNINGSOEFENINGEN

Spierontspanningsoefeningen
Omdat stress zich op de spieren vastzet, deze verhard en verkrampt wat zorgt voor spanningshoofdpijn, rugklachten, enz.

Ademhalingsoefeningen
Door de spieren los te maken, verloopt de ademhaling beter. Het volstaat de borst-, buik- en flankademhaling te oefenen.

Gedachteloosheid
Gedachteloosheid betekent dat men aan niets denkt. Dat lijkt een onmogelijke opdracht, maar valt best mee na enkele oefeningen.

HOGERE ONTSPANNINGSOEFENINGEN

Vanuit de basisoefeningen zetten we de stap naar de hogere ontspanningsoefeningen zoals fixatie, concentratie, visualisatie, verbeeldingsverruiming en het gebruik van affirmaties. De hogere ontspanningsoefeningen zorgen ervoor dat we beter functioneren en vooral dat we stressbestendig zijn en blijven.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Duur van de training: 5 sessies, 15 trainingsuren.
Lesgeld: 120 euro.
Lesmateriaal: gratis, digitaal.
Trainingslocatie: Antwerpen, Gent, Genk en Maastricht.

E-Opleidingen

Niet iedereen heeft de gelegenheid om een opleiding of klassikaal te volgen, daarom bieden we enkele opleidingen aan volgens de E-learning methode. U kunt vanaf uw computer thuis op eigen ritme een opleiding volgen met individuele digitale begeleiding.
Deze methode biedt een aantal voordelen zoals geen verplaatsing, u organiseert uw eigen leeromstandigheden, u neemt de tijd die u nodig hebt en u studeert als het u uitkomt,
u bepaalt zelfs de duur van uw opleiding.

Relaxatiecoach
Bach bloemenconculent
Persoonlijkheidsanalist
Rookstop coach

E-opleiding

RELAXATIECOACH

Om tot innerlijke rust te komen!

Een Relaxatiecoach brengt zijn cliënten op relatieve korte tijd tot rust en zorgt voor het herstel van het stress- en het ontspanningsmechanisme. Zo gaat men stressbestendig door het leven. Een Relaxatiecoach werkt individueel of met groepen. We passen de Biorelaxatie toe, een succesvolle methode die steunt op het natuurlijk verloop van stress en op de synchronisatie van fysieke en mentale ontspanning. Ieder ontspanningstechniek brengt rust in de hersenen, het zenuwstelsel en activeert de bloedcirculatie. Hierdoor functioneert het lichaam optimaal en wordt het emotioneel welzijn geoptimaliseerd. Het is deze totale aanpak die gunstige resultaten garandeert.

STRESS ALS LEVENREDDEND MECHANISME

Stress is een natuurlijk bescherming tegen gevaren uit de directe omgeving en wordt daarom als levenreddend mechanisme omschreven. Als we bijvoorbeeld op straat lopen en er komt plots een auto uit de bocht gereden dan reageren we daar onmiddellijk op door de spieren op te spannen, een stap achteruit te zetten en de adem in te houden. Zodra de auto voorbij rijdt, laten we de spieren los en ademen we eens flink door. Dit is een voorbeeld van natuurlijke stress. Onder stress staan of aan stress lijden betekent dat dergelijke processen zich voordurend herhalen. De stressuitlokkende factoren worden stressoren genoemd. We worden van de vroege ochtend tot de laten avond gebombardeerd door stressoren en plegen daardoor roofbouw op onze fysieke en psychische gezondheid. Aanhoudende stress ligt aan de basis van ontzettend veel klachten.

BIORLAXATIE

De Biorelaxatie steunt op drie basistechnieken en vijf hogere ontspanningstechnieken. Deze drie basistechnieken zijn spierontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen en gedachteloosheid. Door de spieren te ontspannen, verdwijnen de spanningen zodat we verbeter ademhalen. We verbeteren de borst-, buik- en flankademhaling en zorgen voor een goed ademhalingsritme. Ontspannen is niets anders dan loslaten. Gedachteloosheid betekent aan niets denken. Dat lijkt vreselijk moeilijk, maar dat is het niet. Een toestand van gedachteloosheid brengt rust in de hersenen zodat het verstoorden evenwicht tussen het stress- en het ontspanningsmechanisme zich herstelt. De stressweerstand wordt versterkt zodat we beter tegen stress kunnen. Vanuit deze drie basisoefeningen gaan we verder met fixatie, concentratie, visualisatie, verbeeldingsverruiming en affirmaties. In deze opleiding wordt extra aandacht besteed aan gezonde voeding en stressbeheersing. Biorelaxatie wordt eveneens met succes toegepast bij slaapproblemen, burn-out, depressie en vele andere klachten.

SUCCESVOLLE E-OPLEIDING

Er is ontzettend veel belangstelling voor goed opgeleide Relaxatiecoaches zowel in het privé sfeer, maar ook in het onderwijs, organisaties, instellingen en het bedrijfsleven. Haast iedereen staat onder stress en kan een Relaxatiecoach gebruiken. Deze opleiding biedt nog een extra voordeel, u leert tijdens uw opleiding zichzelf ontspannen.

LEERPROGRAMMA

Coachtechnieken
Ieder hulpverlener leert mensen begeleiden.
Biorelaxatie
De acht stappen tot ontspanning.
Slaaptechnieken
Aanvullende taak.
Algemene en bijzondere voedingsleer
Omdat stress en voeding nauw samenhangen.
Practicum
Kennis omzetten in praktijk.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Studieduur: zelf te bepalen
Leermethode: E-learning, praktijkgericht
Lesgeld: 550 euro
Lesmateriaal: digitaal.
Startdatum: na betaling van het lesgeld.
Certificaat: Relaxatiecoach

E-opleiding

BACH BLOEMENCONSULENT

Om emotionele en psychische problemen anders op te lossen!

De behandelingsmethode ‘Bach bloemenremedies’ werd door de Engelse arts Dr. Eduard Bach (1886-1936) ontwikkeld en wordt wereldwijd gewaardeerd voor zijn eenvoud en diepingrijpende werking op emotioneel vlak. Zijn methode kent een uitzonderlijke waardering. Er wordt gebruik gemaakt van natuurlijke remedies op basis van bloemen. Volgens Dr. Bach ligt de diepere oorzaak van een ziekte of een gezondheidsprobleem op het emotionele vak en is genezing mogelijk door emotionele blokkades op te heffen. Modern medisch onderzoek bevestigt deze stelling. Hij ontwikkelde 38 remedies die op het mentale, psychische en emotionele niveau inwerken met als doel het verbroken evenwicht tussen lichaam en geest te herstellen.

DE FASCINATIE VAN DE BLOEM

Al eeuwenlang zijn bloemen en bloesems in de kruidengeneeskunde de belangrijkste kruiden met een uitzonderlijke goede werking. Bloemen richten zich altijd naar de zon of het licht en zijn daardoor rijk aan lichtenergie. Omdat ze weinig materie bevatten zijn ze erg licht van gewicht. Dat geldt eveneens voor de Bach Bloemenremedies. Vijftien bloemen die door Dr. Bach werden uitgekozen hebben een witte kleur wat wijst op zuiverheid en ongereptheid, zes bloemen zijn rood, vijf geel, drie purperrood en lichtgroen en nog enkele andere kleuren. De remedies zijn bereid als maceraat en als decoct.

DE ORIGINELE WERKMETHODE VAN DR. BACH

Deze opleiding is gericht op de originele werkmethode van Dr. Bach. Hij vertrok vanuit het persoonlijkheidsprofiel van de cliënt, bepaalde het probleem en legde een verband tussen de persoonlijkheid, het probleem en de bijhorende remedie of remedies. Na de achtergrondinformatie en praktische gegevens starten we meteen met de kennis van de remedies en hun toepassingen bij kinderen, volwassen en ouderen, maar ook bij uitzonderlijke gevallen en omstandigheden. Er is een uitgebreid klachtenregister voorzien zodat het opsporen van de juiste remedies vlot gebeurt. Dit is een opleiding waar u erg veel aan hebt.

LEERPROGRAMMA

Coachtechnieken
Ieder hulpverlener leert mensen begeleiden.
Bach Bloemenremedies, deel 1 en 2.
Achtergronden, remedies en toepassingen.
Psychosociale basiskennis
Psychologie, psychopathologie, psychotherapie.
Practicum
Kennis omzetten in praktijk.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Studieduur: zelf te bepalen
Leermethode: E-learning, praktijkgericht
Lesgeld: 675 euro
Lesmateriaal: digitaal en gratis
Startdatum: na betaling van het lesgeld.
Certificaat: Bach Bloemenconsulent

E-opleiding

PERSOONLIJKHEIDSANALIST

Om de persoonlijkheid en het gedrag te doordrongen!

Een persoonlijkheidsanalist heeft als taak op een directe en correcte manier de persoonlijkheid en het gedrag van iemand te bepalen. Overal werken mensen professioneel vlak samen professioneel vlak zoals in de zorgsector, het onderwijs, dienstverlenende beroepen, het bedrijfsleven of de verkoop, maar ook in de samenlevingen en binnen het gezin ontmoeten mensen elkaar. Conflicten ontstaan bijna altijd uit onwetendheid. Er wordt nauwelijks een verband gelegd tussen het gedrag van iemand en zijn persoonlijkheid. Nog te veel wordt een job toegekend op basis van het diploma terwijl de persoonlijkheid juist een rijke waaier van talenten toont.

VEROUDERDE OPVATTING

Te lang is men er vanuit gegaan dat de persoonlijkheid door opvoeding, onderwijs en vorming wordt bepaald. Sinds de ontwikkeling van de genetica denkt men daar anders over. Iedere mens wordt geboren uit het genetisch materiaal van zijn ouders en heeft een unieke persoonlijkheid. Door verkeerde opvoeding of ongunstige omstandigheden kan de spontane ontwikkeling afgeremd worden. Het is belangrijk om de aangeboren persoonlijkheid te achterhalen om mensen op een correcte wijze te begeleiden vanuit de eigen kwaliteiten. Uiteraard heeft iedereen ook zijn zwakheden maar die kunnen gemakkelijk worden bijgestuurd.

PROBLEMEN ONTSTAAN IN DE PERSOONLIJKHEID

Problemen liggen bijna verscholen in de persoonlijkheid. Door deze te versterken lossen zich de problemen gemakkelijker op. Men werkt immers individueel en biedt geen globale oplossingen aan die niet voor iedereen zinvol zijn. Het is een totaal andere manier werken, men gaat anders met mensen en hun problemen om. Het is een efficiënte manier die snel tot duurzame resultaten leidt. De persoonlijkheidsanalist beschikt over enorm veel mogelijkheden en is een begeerd beroep in alle sectoren. Deze E-opleiding wordt vaak gevolgd om binnen de huidige job beter te functioneren en over meer professionele mogelijkheden te beschikken.

LEERPROGRAMMA

Coachtechnieken
Ieder hulpverlener leert mensen begeleiden.
Persoonlijkheidsanalyse
Methodieken om de persoonlijkheid te achterhalen.
Psychosociale basiskennis
Psychologie, psychopathologie, psychotherapie.
Practicum
Kennis omzetten in praktijk.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Studieduur: zelf te bepalen
Leermethode: E-learning, praktijkgericht
Lesgeld: 675 euro
Lesmateriaal: digitaal en gratis
Startdatum: na betaling van het lesgeld.
Certificaat: Persoonlijkheidsanalist

E-opleiding

ROOKSTOP COACH

Om mensen te begeleiden om te stoppen met roken!

Ieder roker weet dat roken ongezond is, het risico op longkanker vergroot en voor een vroegtijdig overlijden zorgt. Iedereen wil stoppen met roken en toch durft men het niet omdat men denkt dat dit heel moeilijk en vervelend is. Plots stoppen met roken is een brutale methode die inderdaad voor vreselijke ontwenningsreacties zorgt. Het kan ook op een zachte manier volgens de Beniro-methode. Stoppen met roken was nooit eerder zo gemakkelijk. We beginnen eerst de opgestapelde nicotine in het lichaam te verwijderen zodat de drang naar roken sterk vermindert. Ieder roker kan met deze methode stoppen met roken omdat hij zelf het ogenblik bepaalt om te stoppen, het ogenblik waarop men daar klaar voor is. Het is de bedoeling van deze E-opleiding om zoveel mogelijk mensen te vormen om anderen te helpen stoppen met roken.

WENS UZELF TE STOPPEN MET ROKEN?

Dan is deze E-opleiding een ideale gelegenheid. U maakt kennis met de Beniro-methodeen u leert een slechte gewoonte af, u reinigt uw longen en al na een jaar is uw lichaam voor een groot deel herstelt. U wordt opgenomen in de grote groep van de niet-rokers en misschien kunt u andere helpen om eveneens te stoppen met roken.

PROEFLES

Op aanvraag mailen we u graag een proefles zodat u een beter inzicht krijgt in deze verrassende en efficiënte Benero-methode.

PRAKTISCHE GEGEVENS

Studieduur: zelf te bepalen.
Leermethode: E-learning, praktijkgericht.
Lesgeld: 175 euro, dit is extra laaggehouden omdat we een bijdrage willen leveren aan een rookvrije wereld.
Lesmateriaal: digitaal.
Startdatum: na betaling van het lesgeld.
Certificaat: Rookstop coach