

SZAKMAI BESZÁMOLÓ
EFOP-1.5.3-16-2017-00049
„TEGYÜNK EGYÜTT A JÖVŐNKÉRT! – HUMÁN SZOLGÁLTATÁSFEJLESZTÉS
TÉRSÉGI SZEMLELETBEN”

[Felhívás 3.1.1. Önállóan támogatható tevékenységek](#)

3. A helyi kisközösségek társadalmi szerepének megerősítése:

2. Fiatalok közösségépítése

PROGRAMELEM: HARKÁNYI FIATALOK KLUBJA - Talpreflexológia

IDEJE: 2019. február 20. 16:00 óra

HELYE: Harkány, Kossuth L. u. 2/a. Művelődési Ház – Ifjúsági klub

SZAKMAI MEGVALÓSÍTÓ: Boda Gábor egyéni vállalkozó

A TEVÉKENYSÉG SZAKMAI TARTALMA:

A pályázat keretében talpreflexológia előadást tartott Boda Gábor egyéni vállalkozó.

Mi az a reflexológia, hogyan fejt ki hatását?

A reflexológia ősi hagyományokra épülő természetgyógyászati módszer, melynek lényege, hogy a reflexzónákon (pl. a talpon) kifejtett ingerhatás visszahat a szervezet egészére, beindítja a szervezet öngyógyító folyamatait, és így képes visszaállítani az egyensúlyi állapotot, ezáltal a gyógyulást.

Egészségünk megőrzésére, betegségek kialakulásának megelőzésére, illetve már kialakult betegségek gyógyítására egyaránt alkalmas szelíd gyógymód, nincsenek káros mellékhatásai bárkin alkalmazható, korra és nemre való tekintet nélkül. Két talpunkon megtalálható az összes szervünk kivetülése, a reflex-zónák masszírozásával javul az egyes szervek, így az egész szervezet működése.

A talpreflexológia

- harmonizálja az idegrendszer működését
- beindítja a méregtelenítő folyamatokat
- erősíti az immunrendszert
- harmonizálja a vérkeringést és a nyirokkeringést
- elősegíti a hormonrendszer, az emésztőrendszer és a vizeletkiválasztó rendszer megfelelő működését

- javítja a nemi szervek, a mozgásszervek és az érzékszervek működését
- feszültséget old, ellazít, gyógyítja a testet és a lelket is.

Boda Gábor előadása során az alábbi témákat fejtette ki részletesen:

- a talpmasszázs története az ókori társadalmaktól napjainkig
- a reflexológia úttörői és fejlődése a 1900-as évektől napjainkig
- a reflexzóna terápia hatásmechanizmusa
- kutatások a reflexológia hatásosságáról
- tudományos bizonyítékok a reflexzónák létezéséről
- a láb reflex-térképének értelmezése
- hogyan masszírozzuk a talpat
- hogyan hasznosíthatjuk a talpmasszázszt magunkon vagy otthon.

Az előadás után Boda Gábor megkért egy önként jelentkező hölgyet a résztvevők közül, hogy fáradjon ki a közönség elé és a hölgy talpát masszírozva a gyakorlatban is bemutatta a talpreflexológiát.

Eközben kérdéseket lehetett feltenni az előadónak, hogy pl. valamely betegségre melyik reflexológiai pontot kell kezelni, amelyet a hölgy lábán szemléltetve be is mutatott.

Ezt követően hasznos tanácsokkal látta el a résztvevőket, pl. fejfájás, stressz, emésztési problémák esetén a saját tenyerünkön milyen pontokat tudunk masszírozni magunknak.

A rendezvény 18:00 órakor ért véget.

CÉLCSOPORT: Harkány és a bevont települések fiatal lakossága.

MEGVALÓSÍTÁS MÓDSZERTANA: A projekt megvalósítása során jól látható helyen helyeztük el a kötelező kommunikációs elemeket tartalmazó molinót. A plakát szintén tartalmazta a kötelező kommunikációs elemeket, amelyet a Harkány és a konzorciumi partnerek települései frekvenciált helyein helyeztük ki, illetve minden internetes és közösségi oldalon megjelentettük, hogy minél szélesebb körben tájékozódjon a célcsoport a pályázat keretein belül megvalósuló programunkról.

RÉSZTVEVŐK SZÁMA: 16 fő

INDIKÁTOR: 6 fő (5 nő)

MELLÉKLETEK: fotódokumentáció, jelenléti ív

Harkány, 2019. 02. 20.



HARKÁNYI FIATALOK KLUBJA

2019. FEBRUÁR 20. 16:00

HARKÁNYI MŰVELŐDÉSI HÁZ, IFJÚSÁGI KLUB

TALPREFLEXOLÓGIA

ELŐADÓ: BODA GÁBOR

EFOP-1.5.3-16-2017-00049

Tegyük együtt a jövőnkért!
Humán szolgáltatásfejlesztés
társégi szemléletben



Főszervező: MJ Kanizsa Consulting Kft.

A szervezők a műsorváltoztatás jogát fenntartják!







