



## Newsletter: Oktober 2015

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen

Mit Freuden kann ich Euch das Kursprogramm für das Jahr 2016 präsentieren. Sr. Silvia Pauli gab diesen September erfolgreich einen Kurs in Basel. Die Kursteilnehmerinnen waren so begeistert, dass Sie schon einen nächsten Kurs im Februar 2016, dieses Mal in Riehen geplant haben. Somit werden wir die Hauptversammlung am 2. April 2016 in Zürich abhalten. Zuvor wird Euch Igor Curic einen Moveshop zum Thema Spontaneous Movements geben. Spontaneous Movements ist sehr ergänzend zu der Franklin-Methode und lässt sich gut integrieren in unsere Arbeit.

Am 14. November gibt Nausikaa von Orelli einen Kurs in Zürich. Mehr Informationen dazu findet Ihr im Anhang.

Auf Ende 2015 tritt der VFMS aus dem DVXund aus und ab Januar 2016 wird er Mitglied bei der Organisation der Arbeitswelt Komplementärtherapie (OdAKT) sein. Mit diesem Beitritt lässt sich der VFMS eine Tür offen in Zukunft eine Anerkennung der Franklin-Methode als Komplementärtherapie zu beantragen. Diesen September hat die OdAKT die ersten Prüfungen und Zertifizierungen der Therapeuten anerkannter Komplementärtherapien begonnen. Dies nach jahrzehntelanger Vorarbeit.

Am 10. Januar 2016 gibt Eric Franklin einen Workshop in Winterthur. Virtuell gibt es die Videobibliothek da erlebt Ihr Eric von zu Hause aus, dies zu verschiedenen Themen. Die Franklin-Methode bewegt!!!

Herzlichst

Helene Moser

### VFMS Weiterbildungs-Programm 2015

14. November 2015 Nausikaa von Orelli, Thema „Gelenke und Organgelenke in Harmonie“ in Zürich

### VFMS Weiterbildungs-Programm 2016

13. Februar 2016 Sr. Silvia Pauli, Thema „Organe in der Berührung“ in Riehen  
02. April 2016 Igor Curic, Thema „Spontaneous Movements“ in Zürich  
01. Oktober 2016 Hanna Kessler, Thema „Musik und Gewebe“ in Bern  
19. November 2016 Nausikaa von Orelli, Thema „Die Sinne und die Bewegungsentwicklung“ in Zürich

### 1. Basic-Ausbildung in Bern mit Eric Franklin

Zwei Module wurden in Bern schon erfolgreich durchgeführt. Das 3. Modul findet Ende November statt und die Module 4 und 5 im März und Mai 2016.

## Über den Zaun geschaut

### Spontaneous Movements

„Alles verändert sich – jedoch, der Mensch in seiner wahren Natur – er bleibt ein Mensch“

Im Fluss aller angewendeten Techniken, welche unsere Lebensqualität und unsere Eigenwahrnehmung verbessern sollten, vergessen wir oft auf die Kapazität unseres Organismus zur Eigenregulation, sprich der Selbstheilung zu vertrauen. Körperbehandlungen, so wie Massagen, traditionelle Medizin, etc. wirken von aussen auf unseren Körper ein, dieser kann mit Angst und Spannung reagieren. Dies dämpft unsere Sensibilität und verstärkt verborgene Ängste.

Wir können unseren Körper effizient trainieren mit einfachen Prinzipien, welche ohne Kraft und zusätzlicher Belastung funktionieren. Spontaneous Movements ermöglicht uns individuelle Entdeckungen zu machen, ausgehend von unserem aktuellen Körper- und Geisteszustand und dies im eigenen Rhythmus.

Spontaneous Movements bewirkt:

- Verbesserte Beweglichkeit
- Stressreduktion
- Gesunden Schlaf
- Schmerzreduktion
- Gestärktes Immunsystem
- Hormonales Gleichgewicht

Durch das vertiefte Verständnis der eigenen Bedürfnisse, das Erkennen unseres Einflusses auf Andere, die Suche nach einer Antwort auf unseren Alltagsstress, ermöglicht uns Spontaneous Movements tiefer in unsere Gefühle und Wahrnehmung einzutauchen. Dies indem es spontane Körper- und Gedankenbewegungen auslöst, welches uns ermöglicht uns selbst, andere und die Natur besser zu verstehen. Es öffnet die Tür im Moment zu sein.

Spontaneous Movements verbindet alte Techniken wie Seitai und Katsugen undo mit den neuesten Erkenntnissen unserer Zeit.

**Auf Wiedersehen in einer der nächsten Fortbildung**