

Bli med på

#Aromatherapychallenge 2017

Den allmenne interessen for aromaterapi og bruken av eteriske oljer har blomstret i 2016. Som naturmedisinske aromaterapeuter bør vi glede oss over denne interessen for aromaterapi som helsefremmende verktøy.

Med flere forhandlere i markedet, god markedsføring og bruk av sosiale medier, har det blitt lettere å spre informasjon. Mange ser muligheten til å bruke sin helsefremmende praksis til å videreformidle salg av eteriske oljer og produkter som inneholder eteriske oljer. Det har blitt et nyttig supplement for yogainstruktører, naturterapeuter og andre som jobber i velværebransjen, for å nevne noe. I formidlingen av disse edle dråpenes mange egenskaper, og de manges «nyfrelstes engasjement», faller dessverre viktig elementærkunnskap om trygg bruk av eteriske oljer ofte ut. Sikkerhet, mulige kontraindikasjoner, og tilpassede metoder for trygg bruk av eteriske oljer, kommer ikke alltid tydelig frem i de mange diskusjonsgruppene på sosiale medier.

Twitter, Facebook og Instagram er unike medier for raskt spredning av informasjon og interaktiv kommunikasjon. Det er en hurtighet i disse mediene som representerer noe nytt i vår tid. Personlig elsker jeg denne muligheten til å kunne følge med og engasjere meg i det som foregår i vårt langstrakte land og ellers i den vide verden. Når jeg kommer over innlegg som oppfordrer til å drikke et glass vann tilsatt noen dråper timian eller oreganoolje for å styrke immunforsvaret, eller ha peppermynteolje direkte på slimhinner, for å lindre kløe, – da protesterer den profesjonelle aromaterapeuten inni meg! Jeg er redd for at

noen i nær fremtid skal få en alvorlig sensitivitets- eller allergireaksjon, eller på andre måter få skader på grunn av utrygg bruk av eteriske oljer, og at dette blir slått opp i media. (Som f.eks. tilfellet om antatt infeksjon etter akupunktur, red.anm.) Dette vil kunne få negativ innvirkning på den allmenne oppfatningen av aromaterapi som fag og vår mulighet til å praktisere dette.

- Hva kan jeg gjøre?
- Hva kan du gjøre?
- Hva kan vi som faggruppe gjøre?

Sharing is caring

Jeg tror at vi står sterkere og blir bedre i vår profesjon, både individuelt og som faggruppe, ved å dele våre kunnskaper og erfaringer med eteriske oljer, aromaterapi og naturmedisinsk aromaterapi. Som profesjonelle terapeuter, kan vi ha nytte av inspirasjon og innblikk i hvordan andre tenker. Å dele og å se hva andre deler, kan gjøre oss klarere i vår egen tilnærming til faget, og det kan bidra til at vi utvider vår måte å tenke og praktisere vårt fag på. Ved å være aktive og synlige på nett, i de sosiale medier, kan vi inspirere med en klar og fagbegrunnet stemme, og bidra til at de som velger å bruke aromaterapi i sin hverdag kan gjøre det på en trygg måte. Derfor har jeg lyst til å invitere DEG til å være med på #aromatherapychallenge2017. Det er en mulighet til å gjøre faget mer synlig som en profesjon, og å dele informa-

sjon om hva aromaterapi faktisk er: den helhetlige, terapeutiske, allsidige og trygge bruken av eteriske oljer.

Hva er en #challenge?

En «challenge», eller utfordring, hvis vi skulle bruke det norske ordet, brukes ofte i sosiale medier for:

- Å sette fokus på noe i livet.
- Å sette seg og å oppnå et mål.
- Å fordype seg i noe innenfor en valgt periode.

På sosiale medier brukes hashtag, #, for å kunne gjøre det aktuelle ordet mer søkbart. Symbolet # fungerer som en «merkelapp», og sorterer informasjon som er relatert til akkurat denne «merkelappen». Slik kan du lettere finne det du leter etter når du søker på nettet og i sosiale medier. Du har kanskje hørt om #yogachallenge eller #mindfulnesschallenge? Både på Pinterest, Instagram, Facebook og på forskjellige blogger, vil du kunne finne folk fra hele verden som velger å være med på en slik #challenge. De deler bilder av seg selv, eller av det som er relatert til den valgte utfordringen. Det er en fin måte å inspirere hverandre og seg selv på. Ofte brukes hashtaggerman med det engelske ordet, fordi det kan inkludere flere mennesker i hele verden. Enten vi liker det eller ikke, unge mennesker er i stor grad blitt vant til å bruke engelske og norske ord om hverandre i sin kommunikasjon på nett.

” Å dele og å se hva andre deler, kan gjøre oss klarere i vår egen tilnærming til faget, og det kan bidra til at vi utvider vår måte å tenke og praktisere vårt fag på.

Målet

Mitt mål med denne #challenge er enkelt. Jeg ønsker å bidra til:

- Inspirasjon for profesjonelle aromaterapeuter.
- Å styrke naturmedisinsk aromaterapi og aromaterapi som naturmedisinsk behandlingsform.
- Å øke interessen for og kunnskapen om eteriske oljer og aromaterapi.
- Deling og nettverksbygging
- Ha det gøy med faget!

Er du med?

Tidsramme: Hele 2017!

Hyppighet: 1 gang i uken, valgfri dag, – eller så ofte du kan. En gang i måneden, eller en gang i halvåret er bedre enn ingenting.

Slik gjør du: Ta et bilde som er relatert til det du vil dele. Skriv en kort tekst. Legg det ut på ett eller flere av de sosiale mediene du bruker. (Og bruker du ingen, kan det være anledning til å bli kjent med noen av de mange mulighetene for sosiale

medier som finnes.) Hashtag det du skriver med #aromatherapychallenge.

Andre tags som kan være fint å legge til, for å gjøre det lettere å finne for flere, kan for eksempel være: #aromaterapi, #eteriskeoljer #klinikkpraksis #aromaterapihverdagen #naturmedisinskaromaterapi #clinicalaromatherapy #ilovearomatherapy #jegelskeraromaterapi #naturlighelse #naturalhealth #aromatherapy #essentialoils #tryggaromaterapi, med mer. Bruk de ordene du tenker at passer til innholdet i det du deler.

Innhold

Del noe fra ditt arbeid eller din bruk av aromaterapi og eteriske oljer, eller del noe du brenner for når det gjelder eteriske oljer. Det kan være noe profesjonelt fra din klinikkpraksis eller noe fra hverdagen. For eksempel:

- En ny oljeblanding du ikke har laget før, og hva som er intensjonen med blandingen.
- En eterisk olje du har forelsket deg i.

- En suksesshistorie i behandlingen av en klient.
- Hvordan du bruker eteriske oljer i hverdagen.
- En eterisk olje eller en oljeblanding du holder på å utforske, og dine erfaringer med denne.
- Med mer. – Det er kun din fantasi setter grenser.

Jeg begynte i 2016 og kommer til å fortsette å dele i 2017. Jeg håper vi blir mange som kan være med å bidra til å gjøre aromaterapien mer synlig, og at vi kan bidra til den helhetlige, terapeutiske og allsidige bruken av eteriske oljer. Vil du følge meg, finner du meg på instagram, som #vivaartist. På Facebook i gruppen Naturmedisinsk aromaterapi og naturkosmetikk. Du kan finne min Facebook profil, og i tillegg deler jeg på klinikkensider der jeg jobber: Markveien naturmedisinske senter. Vi sees på nett! De beste ønsker for et trygt og godt Nytt År.

www.vivainitiativer.blogspot.no
vivaartz@gmail.com



Tunberg Medisinske Skole er en av Norges største private skoler innen helse og ernæring

OPPNÅ BEDRE RESULTATER MED MER KUNNSKAP!

Det viktigste for å lykkes som terapeut er at du oppnår resultater med behandlingen og at pasientene dine oppnår bedring. Fornøyde pasienter er den beste reklamen!

Alle pasienter har ulike behov, og krever tilpasset behandling. Men alle bør få råd om ernæring, bruk av tilskudd, urter og livsstilsendringer, i tillegg til din vanlige behandling. Du gjør sikkert mye av dette alt nå, men hvis du ønsker å lære enda mer, så har vi mange tilbud som kan passe for deg. Mange studier kan tas via Internett i ditt eget tempo.

Kostholdsveileder og Optimal trening og ernæring er våre to viktige grunnutdanninger innen ernæring. Innen naturmedisin har vi fagskoleutdanning i biopati (oppstart 2017), soneterapi, naturmedisinsk grunnutdanning samt kurs i detox og hudhelse.

Helsekostveileder gir tittelen Helsekostveileder TMS. Matintoleranse gir deg kunnskap om hvordan avdekke intoleranse og hvordan gjennomføre de nødvendige endringene.

Andre viktige studier er Grunnmedisin, VEKS-fag og Klinikkdirft.

Les mer om studiene på:
www.tunmed.no



TUNBERG
 MEDISINSKE SKOLE