



Gesundheit

Rubin Institut

Ausbildungen,
Auszeiten,
Resilienz und
mentale Gesundheit

Gesundheit

Gesundheit ist ein ganzheitlicher Ansatz, bei dem Umweltfaktoren aber auch emotionale, mentale, körperliche und systemische Faktoren eine Rolle spielen. Wir verstehen uns dabei als Vorreiter und Vermittler neuer Wege um ganzheitliche Gesundheit zu erhalten oder zu erreichen.

Unser Angebot umfasst eine praktische Vorgehensweise mit wissenschaftlichen Hintergrund. Unsere Teilnehmer begeistert vor allem die einzigartigen Methoden, verbunden mit langjährigen Erfahrungen der Dozenten.

Unser Angebot

- Ausbildung Somatic Release
- Ausbildung Gesundheitscoach
- Ausbildung Resillienztrainer
- Rubincode Experience & Master
- Biohacks und Ernährung
- Urlaubsseminare für Klienten

Berufsweg

Die Ausbildungen ermöglichen es seiner Berufung in einen neuen Beruf zu folgen. Der Gesundheitscoach unterstützt Ärzte und Therapeuten, damit der Klient sein physisches oder psychisches Gesundheitsziel erreicht. Der Resilienztrainer zeigt dabei praktische Wege, Stress nicht an den Körper heran zu lassen. Und Somatic Release ist eine erweiterte Behandlungsform, welche bereits im Körper somatisierte Emotionen und Glaubensmuster auflöst.

Ablauf der Ausbildung

Voraussetzung sind therapeutische oder Coaching Grundlagen. Für Branchenfremde bieten wir ein vergünstigtes Einsteigerseminar vorab an. Die weitere Ausbildung ist modular. Nach den Basisseminaren aus jedem Bereich kann man unterschiedliche Module dazubuchen. Zertifikate sind nach verschiedenen Verbänden gesiegelt. Informationen dazu findest Du auf der Webseite.



Somatic Release

Eine moderne, einzigartige Methode. Verbindung von Gesundheitscoaching und manueller Behandlung. Der Körper erzählt sofort, welches emotionale, mentale oder systemische Thema für Blockaden und Erkrankungen verantwortlich ist und wie diese gelöst werden können. Im Körper gespeicherte (somatisierte) Erlebnisse können durch manuelle und mentale Behandlung gelöst werden. Dies erschafft neue Kompetenzfähigkeiten für Körper und Geist.

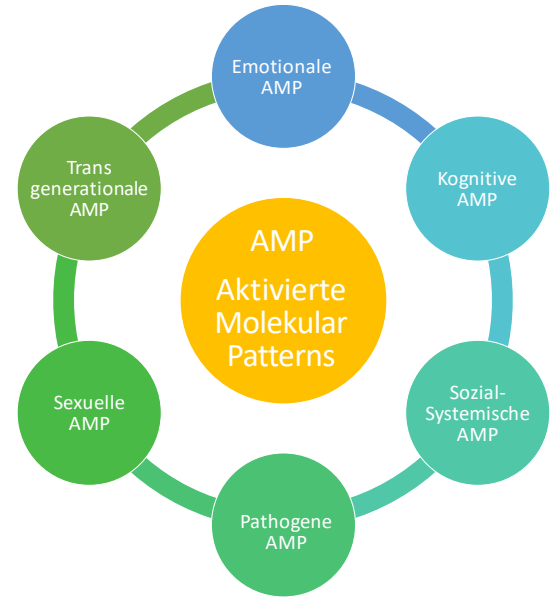
Somatic Release integriert Folgendes:

Manual Perception and Core Techniques
Somatic Experience, Psycho-Neuro-Immunologie
Mentaltechniken, Bifokale multisensorische Methoden.

Seminare Somatic Release



Unser Ansatz



Krankheit ist eine Kette von verschiedenen Faktoren, die auf molekularer Ebene biochemische Prozesse und immunologische Reaktionen auslösen. Die Medizin behandelt hauptsächlich die pathogen aktivierten Krankheitsverläufe. Heute weiß man jedoch, dass es noch vielfältige, wenig beachtete, Auslöser vieler chronischen Krankheiten gibt. Daher reicht nicht mehr nur die Symptome alleine zu behandeln. Wir setzen daher auf vielen Ebenen an, um Gesundheit zu erhalten. Der Gesundheitsweg ist ein Prozess der aus Loslassen und Neulernen besteht.

Die Methoden von Gesundheitscoaching und Somatic Release beinhalten dabei viele neue wissenschaftlich fundierte Ansätze. Wir unterstützen die Arbeit von Ärzten und Therapeuten und führen Klienten zu selbstverantwortlichem Handeln.

Gesundheitscoach

Der Gesundheitscoach bietet seinem Klienten eine ganze Reihe von Anpack-Möglichkeiten. Zum einen ist es das Verstehen. Also der Blick hinter die Krankheit und das Erkennen der Ursachen hinter dem Symptom. Typologien helfen für schnelle Beurteilung typischer Themen.

Dazu kommt noch die richtige Entscheidung des Klienten für seinen neuen Weg zu unterstützen und zu stärken. Neues Verhalten schafft neue Gesundheit.

Der dritte Teil ist die Veränderung von Glaubensmustern und emotionaler Blockaden mittels kognitiver Mental-techniken.

Blöcke Gesundheitscoach

Grundkurs

Seminar 2 Tage
Grundlagen
Schnupperkurs

Typen

Seminar 3 Tage
Typologien
der Gesundheit

Mental

Seminar 4 Tage
Mentale
Lösungen

Emotion

Seminar 4 Tage
Journey &
BFMST

Resilienzcoach

„Resilienz“, d.h. psychische Robustheit, ist eine Grundvoraussetzung, um dauerhaft gesund zu bleiben. Die Zunahme von psychosomatischen Erkrankungen, Burnout sowie depressiven Störungen zeigt, dass viele Menschen die Grenzen ihrer Belastbarkeit überschritten haben. Resilienz ist eine Kompetenz, die trainiert werden kann. Voraussetzung ist die kritische Reflexion der eigenen Denk- und Verhaltensmuster.

In der zertifizierten Ausbildung lernen Sie unterschiedliche Techniken kennen, um Stressoren zu verändern. Als Aufbaublock zur Ausbildung gibt es noch das Modul „betriebliches Gesundheitsmanagement“

Blöcke Resilienzcoach

Grundkurs

Seminar 3 Tage
Denkmuster
erkennen

Ausbildung

Weitere 12 Tage
in 4 Blöcken

BGM

Seminar 4 Tage
Aufbau



Basic
Seminar 5 Tage
Grundlagen
NLP

Vorbereitungsseminar bei fehlenden Vorkenntnissen

Start : Allgemeine Blöcke

Grundkurs
Seminar 2 Tage
Grundlagen
Schnupperkurs

Resilienz
Seminar 2 Tage
Grundlagen
Muster

Für jede Ausbildung

Gesundheitscoach

Typen
Seminar 2 Tage
Typologien
der Gesundheit

PNI
Seminar 2 Tage
Psycho-Neuro
Immunologie

Release
Seminar 5 Tage
Grundlagen
Techniken

EKT
Seminar 3 Tage
Energetisch
körperliche T.

Resilienz
Seminar 2 Tage
Grundlagen

Mental
Seminar 4 Tage
Grundlagen
Techniken

Zertifikat Gesundheitscoach (VDMTC)
Dauer : 22 Tage inkl. allgemeine Blöcke
Trainer: Röder, Föhrweiser-Wesolek

Resilienzcoach und BGM

Symptome
Seminar 4 Tage
Psychosomatik
Denkmuster

Wege
Seminar 3 Tage
Stress-
management

Achtsamkeit
Seminar 3 Tage
Meditation
Prävention

Ressourcen
Seminar 2 Tage
Aktivierung
in der Krise

BGM
Aufbau 4 Tage
Betriebliches
Gesundheits
management

Zertifikat : Resilienzcoach (VDMTC)
Dauer : 16 Tage + 4 Tage Aufbau BGM
TrainerIn: Christine Lößl, M.Röder

Somatic Release

Release
Seminar 5 Tage
Grundlagen
Techniken

Aufbau
Seminar 2 Tage
Übung
Vertiefung

Perception
Seminar 3 Tage
Besser spüren
Processcenter

Aufbau
Seminar 2 Tage
Übung
Vertiefung

Zertifikat Somatic Release (VDMTC)
Dauer : 12 Tage Ausbildung oder
7 Tage Aufbau zum Gesundheitscoach
Trainer: Röder, Föhrweiser-Wesolek

Regenerationstage

Aufbauend auf Somatic Release bieten wir Klienten, die etwas gesundheitlich Grundlegendes für sich selbst verändern wollen, spezielle Tage zur Regeneration und Behandlung. Wir bieten die 5 Auszeittage mit folgendem Programm an:

- Früh morgens gemeinsame Meditationen und einfache Bewegungsübungen
- Vormittags 1,5 Stunden gemeinsame Zeit mit Themen aus Ernährung, „Intermitted living“, kPNI Gesundheitsthemen
- Nachmittags Gesundheitscoaching und Einzel-Behandlungen nach Lowen System und Somatic Release.
- Ansonsten nachmittags Zeit für Spaziergänge, Ruhe, Auszeit, Natursauna.
- Abends: Einzeltermine oder gemeinsame Übungen.
- Ernährung. Speziell abgestimmte Ernährung mit 2 Mahlzeiten täglich.



Keto-Pyrenäen

Ketogene Diät stellt den Körper auf einen anderen Stoffwechsel um. Dadurch sinkt die Belastung des Körpers, Abnehmen wird ganz leicht, Stress baut sich ab und das Energie- und Heilungsniveau des Körpers steigt. Eine Reduktion von niedrig-gradigen Entzündungen im Körper findet statt.

Unterstützend für diese Umstellung ist ein Klima mit Höhenluft und viel Bewegung. Daher finden jetzt jährlich unsere Keto-Pyrenäentage statt.

Wir sind dazu 7 Tage lang südlich von Toulouse in den Pyrenäen in etwa 1300 m Höhe.

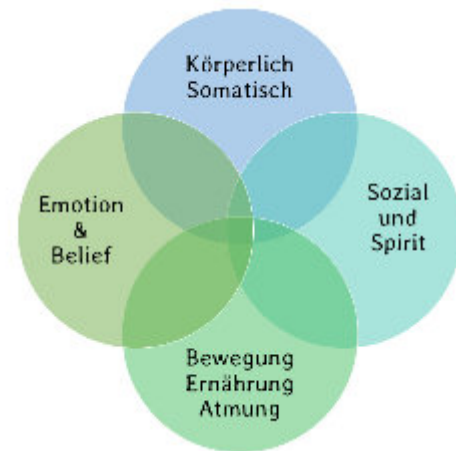
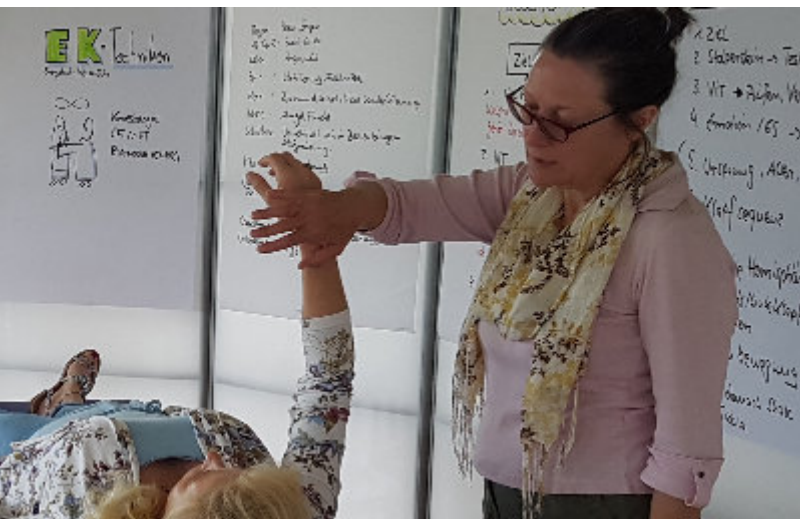
- Meditationen, Atemtechniken und optional Eiswasserbaden.
- Umstellung auf ketogene Ernährung und Informationen und Kochbuch dazu.
- Wunderschöne Wanderungen bis 2800m Höhe in den Pyrenäen.
- Sauna und Erholungszeiten.



Energetisch - körperliche Techniken ist ein Spezialkurs als Aufbau für Coaches, NLP, Therapeuten. Wir bieten in drei Tagen Methoden, die mit dem Körper alte blockierende Muster entschlüsseln und lösen.

Dazu gehören:

- **LetEmGo** - EMDR, bifokale multisensorische Stimulation zur Verarbeitung alter Glaubensmuster, traumatischer Erfahrungen oder ungeliebter Verhalten auf Basis von REM Augenbewegung, bilateralen Sounds und NLP.
- Grundlagen der **Kinesiologie** und der Muskeltests, wie den Delta-Muskel Test und O-Ring Test. Diese Methoden helfen den Körper zu fragen, was gut und nicht hilfreich für ihn ist.
- **7 Point Tapping**. Eine einfache Meridian Klopftechnik zur Selbstanwendung für Klienten, um Ängste und Ärger zu reduzieren.



Jede Krankheit hat ihre eigenen Abläufe und reagiert mehr auf spezielle Auslöser. Wir nennen das Monografien. Diese zu verstehen und Ansätze zu verstehen ist für Klienten, wie für Behandler interessant. Wir bieten dafür spezielle Thementage in der beide Gruppen herzlich eingeladen sind.

Aktuelle Themen sind:

- Lunge und Trauer
- Herz, Einsamkeit und Verbundenheit
- Leber, Galle mit Ärger und Wut
- Darm und Schuld und Selbstbewußtsein
- Schilddrüse und Selbstaussdruck
- Nichtraucher in 4 Stunden

Vorträge und Übungen mit allen unseren Dozenten.

Business Vorträge

Gesundheit und Prävention sind wichtige Themen für Unternehmen. Da jeder Mitarbeiter für seine Gesundheit selbst zuständig ist, braucht es Wissen zu den Krankheitsfaktoren.

Dafür bieten wir eine spannende Vortragsreihe. Lebendig erklärt, eindrücklich auf den Punkt gebracht und mit machbaren praktischen Umsetzungen gewürzt.

Die Vorträge bauen auf Studien der letzten 5 Jahre auf. Erst heute wissen wir dank der klinischen Psycho-Neuro-Immunologie und aktuellen Stressforschung, was wirklich wichtig ist, damit Arbeit nicht krank macht.

Fragen Sie unser Vortragsprogramm an: Wir bieten u.a. unterhaltsame lebendige Vorträge und Kurzseminare:

- Gorillamind - In der Kraft bleiben
- Intermittent living - Die Grenzen finden.
- Verbundenheit als Gesundheitsfaktor



Gästeabende



Ein anderer Gesundheitsweg ist Umdenken. An den offenen Abenden bekommt man am besten ein Verständnis dafür, was dieser neue Weg des Coachings bedeutet.

Interessierte und Lernende kommen und bringen viele neugierigen Fragen mit. Man lernt den Körper mit seinen emotionalen, kognitiven und systemischen Verbindungen zu Gesundheit und Krankheit kennen. Markus Röder macht an diesen Abenden was er am liebsten tut: Er eröffnet in seinen Vorträgen wissenschaftliche Räume, die spürbar und verstehbar und verändernd sind.

Sie können als Zuhörer auch in den Dialog gehen, Fragen stellen und die Übungen versuchen, um die Prinzipien besser zu verstehen. Und im Anschluss gibt es für Interessenten noch Möglichkeiten zu Fragen zu den Ausbildungen.

Dozenten

Unser Team besteht aus Spezialisten in unterschiedlichen Bereichen. Wir laden Sie auf einen neuartigen, wissenschaftlichen ganzheitlichen Gesundheitsweg ein.



Markus Röder

Coach, Trainer,
Buchautor und
Physiker.
Gesundheitscoach



Christine Löfl

Psychologin, Syst.
Beraterin, Trainerin
und Coach in
Unternehmen.



Uschi Föhrweiser
Wesolek

Osteopathin, Lowen
Therapeutin und
Instructor.
Heilpraktikerin.



Dr. Martin
Oechler

Arzt
Body-Mind-Soul
Medizin,
Gesundheitsimpulse
Podcast

Das Institut

Rubin Gesundheits-Institut



Rubin

Leitung: Markus Röder und Claudia Siebler
Odenthaler Str. 19
51465 Bergisch Gladbach
Tel und WA: 0172 6814663
office@rubin-coaching.de

www.rubin-institut.de

Termine

Gästeabende:

Köln	08.11.19
Düsseldorf	19.11.19
Bergisch Gladbach	26.11.19
Bergisch Gladbach	21.01.20
Bergisch Gladbach	17.03.20

Gesundheitscoach

Bergisch Gladbach	31.01.20-18.10.20
Bamberg	12.02.20-27.10.20

Resilienzcoach

Bamberg	12.02.20-06.12.20
---------	-------------------

Energetisch-Körperliche Themen

Bergisch Gladbach	28.08.20-30.08.20
Bamberg	21.10.20-30.10.20

Keto Pyrenäen

Midi-Pyrenes Oo	14.09.20-19.09.20
-----------------	-------------------

Regenerationstage

Steigerwald	23.03.20.-27.03.20
-------------	--------------------

Thementage in Köln

Lunge und Trauer	28.02.20
Allergie - Abwehr	02.04.20
Darm und Selbstbewußtsein	13.05.20
Herz und Verbundenheit	30.06.20

Aktuell Anfragen/Anmeldungen
bitte direkt per
Mail : office@rubin-institut.de
Tel: 0172-6814663

www.rubin-institut.de