**תמר גונן מקיבוץ סער - רפואה סינית לנשים, טיפול פיזי ורגשי להטבה מהשורש.**

 **כתבה: תמר גונן**

אני בת 33, נשואה ליוסי ואמא של אדם (4) ושל דויד (2).

יוסי הוא אהבת חיי מתקופת התיכון. אנחנו צועדים וחולמים ביחד זה לצד זה ובהכשרותינו משלבים רפואה מערבית עם רפואה סינית.

לפני כשנה וקצת עברנו לקיבוץ סער. הגענו לאזור מבאר שבע, שם חיינו בתקופת לימודי הרפואה של יוסי.

היום יוסי לקראת התמחות ברפואת משפחה והמעבר לאזור היה שילוב צורכי הסטאג' של יוסי עם הרצון שלנו כמשפחה להקים את ביתנו בצפון. חיפשנו חיי קהילה בקרבת המרכז הרפואי לגליל (ביה"ח נהריה) וכך הגענו לקיבוץ סער.

אני מטפלת מוסמכת ברפואה סינית ).Dip. Ac ( בוגרת מסלול 4 שנים ב"מכללת ברושים", בקמפוס לרפואה משלימה באונ' תל אביב. לאחר סיום ההסמכה ברפואה סינית התמחיתי גם בתחום של פריון, הריון, לידה וילדים.

עם המעבר לקיבוץ, פתחתי בביתי קליניקה ובה אני עושה טיפולים. בנוסף, אני מטפלת גם בקליניקה בנהריה ובקליניקה בקרית מוצקין. תחום התמחות נוסף שלי **הדרכת פילאטיס** לנשים כשהדגש הוא על חיזוק רצפת האגן ועל נשימה נכונה.

 **המיוחד בעסק שלי:**

 **טיפול פיזי ורגשי להטבה מהשורש** משלב מרכיבים מגוונים המתאימים לתוצאות הטיפול הרצוי. כל טיפול כולל היכרות אישית ומעמיקה, ייעוץ לאורח חיים בריא המותאם אישית לכל לקוחה. במידת הצורך **אני מוסיפה שיאצו** - טיפול מרגיע ומפיג מתחים **ו/או דיקור סיני** - המחזיר את הגוף לאיזון ומעודד תהליכי שיקום והחלמה.

 **טיפול פיזי ורגשי להטבה מהשורש**, המשלב שיח, שיאצו ודיקור סיני. כל טיפול כולל היכרות אישית מעמיקה, ייעוץ לאורח חיים בריא המותאם אישית לכל לקוחה ובמידת הצורך מוסיפה **שיאצו** - טיפול מרגיע ומפיג מתחים **ודיקור סיני** - המחזיר את הגוף לאיזון ומעודד תהליכי שיקום והחלמה ו**צמחי מרפא** המותאמים אישית.

 אני עוזרת לנשים הרוצות להרות להיכנס לאורח חיים מאוזן ולהיות במצב מיטבי כדי להצליח להרות.

 **הלקוחות שלי:**

 הלקוחות שלי הן נשים.

1. נשים הזקוקות לתמיכה בדרך להריון ולידה. אני מסייעת להן בתהליך ומחזקת אותן במהלך ההיריון
2. נשים עם אתגר פיזי ו/או רגשי שמאותת להן שיש צורך לעשות שינוי ועוזרת להן להגיע להטבה מהשורש.

 **האתגרים בהקמת העסק ובלהיות עצמאית:**

האתגרים שלי הם בתחום הטיפול המקצועי ובתחום ניהול וקידום העסק.

**בתחום הטיפול:** המחויבות האישית שלי לעמוד בסטנדרט מקצועי גבוה, להיות המטפלת הטובה ביותר ולעשות את הטיפול הטוב ביותר לכול הלקוחות שלי.

**כבעלת עסק וכעצמאית**: אני דורשת מעצמי ללמוד ולהשתפר בכל מרכיבי ניהול העסק, כולל שמירה על שגרת תחזוקה, שיפור עסקי מתמיד, שיווק, עיצוב דיגיטלי, כתיבה ועוד...

עם זאת, אני עובדת על עצמי במטרה להרגיע את הצורך שלי לפרפקציוניזם. אני עושה זאת באופן אקטיבי וכך שומרת על עצמי - מבצעת נשימות, טופחת לעצמי על השכם כהוקרה לעשייה שלי, ואומרת לעצמי להסתפק במה שיש ולהיות מרוצה מהדרך ולא רק מהתוצאות.

 **אם היו מתקשרים אלי עכשיו להזמין טיפול .... מה הייתי מציעה?**

**טיפול משולב** הכולל: שיחה אישית + שיאצו + דיקור סיני ובמידת הצורך גם תוספת של צמחי מרפא.

מטרת השיחה: כדי לייצר תהליך של הטבה וריפוי נדרש ליצור אמון, חיבור והיכרות מעמיקה אשר ביחד יוצרים תשתית טובה לטיפול שורשי ומעמיק בבעיות.

**שיאצו -** טיפול מגע (עם בגדים) המבוסס על לחיצות- הוא נעים, מפנק ומשחרר מתחים. **דיקור סיני** – מחזיר את הגוף לאיזון ומעודד תהליכי שיקום והחלמה.

כל הטיפולים צריכים להינתן במרחב מרגיע המאפשר מענה מקיף ושלם.

 **היכרות עם מעברים וכיצד סייע לך השירות?**

ראיתי את החוברת שהפיקה מעברים לקראת החגים וחשבתי שזאת יוזמה מהממת, נגישה החושפת עסקים קטנים לקהל הרחב. יצרתי קשר עם רכזת עסקים ויזמויות במעברים, נפגשנו לשיחת יעוץ בה קיבלתי טיפים ומידע רב ופרקטי על נחיצות השיווק.

**שיתופי פעולה עסקיים באזור**

יצרתי שיתופי פעולה עם עוד מטפלים באזור העוסקים באותו התחום עם התמחויות אחרות.

בנוסף, יצרתי קשרים עם קליניקות / מרפאות בתחום הרפואה המשלימה שעמן אני בונה תכניות ליווי לנשים במגוון תחומים.

**מה אני מאחלת לעצמי:**

להמשיך להתפתח, ללמוד ולעזור לנשים. להיות תמיד מאושרת ומסופקת ממה שיש.

 **משפט מוטו שלי:**

 להיות אמא קודם כל לעצמך. להאמין ולדחוף בצורה מכילה ואמפתית.

 **פרטים ליצירת קשר:**

 **הקליניקות בקיבוץ סער ובנהריה:** **תמר גונן - רפואה סינית לנשים, טיפול פיזי ורגשי להטבה מהשורש.**

* **בימים:** א' - ה' 9:00 - 15:30 / 18:00 - 21:30
* **נייד:** 0549576121
* **דוא"ל:** **Tamar.livs@gmail.com**