

# Wie we zijn

## Basistrainingen in de zorg

Een toenemend aantal zorginstellingen ziet **dat bewust aanraken tijdens dagelijkse zorghandelingen de kwaliteit van leven verhoogt**. Niet alleen cliënten, maar ook zorgverleners ervaren meer rust door het toepassen van Shantala Speciale Zorg: **“Meer kwaliteit in dezelfde tijd.”**

## Behandelaren

Steeds meer zorginstellingen hebben één of meerdere Shantala Speciale Zorg Behandelaren in dienst. **De methode wordt ingezet binnen therapeutische trajecten of als waardevolle activiteit in de vrije tijd**. Tijdens de jaarlijkse verdiepende studiedagen ontmoeten behandelaren gelijkgestemden, worden technieken verfijnd en blijft respect en waardigheid van elke cliënt centraal staan.

## Trainers

Door het hele land dragen gekwalificeerde trainers de methode uit. **Onze trainers hebben een achtergrond in de zorg en werken daarnaast als Shantala Speciale Zorg Behandelaar**. Hierdoor heeft elke trainer voldoende ervaring om de Basistrainingen en Workshops te ondersteunen met praktijkvoorbeelden. Alle aangesloten trainers staan in directe verbinding met elkaar, waardoor iedereen up-to-date blijft van de laatste ontwikkelingen.

# “Jij bent goed zoals je bent.”



Wij geloven in de kracht van bewuste aanraking als basis voor verbinding en welzijn, zodat ieder mens zich veilig en gezien voelt in contact met zichzelf en anderen.



# Shantala Academy



Bewust bejegenen en aanraken in de zorg met Shantala Speciale Zorg.

[www.shantala-academy.nl](http://www.shantala-academy.nl)



# Van effectief, naar affectief

## Wat is de meerwaarde?

Mensen met een zorgvraag, door ziekte of beperking, worden voortdurend aangeraakt. Meestal is dit alleen functioneel en gericht op dat deel van het lichaam waar de "zorgvraag" om draait.

**De behoefte aan een intentionele aanraking neemt toe naarmate de gezondheidstoestand van de mens slechter wordt.** Zeker als mensen zichzelf niet meer aan kunnen raken. Zij zijn niet meer in staat goed contact te maken met zichzelf en de buitenwereld.

Aangename aanrakingen en warmte activeren het systeem van rust en verbondenheid. Naarmate de behandelingen herhaald worden houden de effecten langer aan.

## Wat is het?

Shantala Speciale Zorg is een respectvolle bejegeningwijze en gestructureerde aanrakingsmethode. **Door gebruik te maken van onze methode leer je onder andere je tempo vertragen en aanraken met aandacht.** Hierdoor ervaren cliënten meer het gevoel van veiligheid en vertrouwen.

# Voor iedereen, door iedereen

## Bejegeningwijze

Mensen met een zorgvraag zijn afhankelijk van de wijze waarop de mensen in hun omgeving hen bejegenen.

**Respect voor en de waardigheid van de ander dienen in alle omstandigheden voorop te staan en het uitgangspunt te zijn voor elk contact.**

Door het werken met de uitgangspunten van Shantala Speciale Zorg kun je op een basaal niveau met elkaar in contact komen. Je laat de ander voelen dat je diegene accepteert zoals die is. **Vandaar ons motto: "Jij bent goed zoals je bent".**

## Aanrakingsmethode

De gestructureerde methode kan als (deel)behandeling over de kleding heen of op de blote huid gegeven worden. Daardoor is het gemakkelijk toepasbaar voor alle leeftijden, alle zorgvragen / beperkingen en in allerlei situaties.

De methode ondersteunt de dagelijkse zorgmomenten, zoals wassen, afdrogen en aan- of uitkleden. **De voorspelbaarheid helpt cliënten ontspannen, beter mee te bewegen en meer houvast te ervaren in de verzorging.**

# Effecten



Verhogen van basisveiligheid



Verlagen van stress

## Onderzoek

Steeds meer wetenschappelijk onderzoek ondersteunt dat stimulering van de tastzintuigen het neurologisch (limbisch) systeem beïnvloedt. Hierdoor worden de hormonen oxytocine en serotonine aangemaakt welke een regulerende werking hebben op de stresshormonen adrenaline en cortisol.