

Số : 180 /TB-ĐTNL

TP. Hồ Chí Minh, ngày 06 tháng 9 năm 2017

THÔNG BÁO CHIÊU SINH LỚP DƯỠNG SINH YOGA KHÍ CÔNG XOA BÓP - KHÓA 10

Căn cứ Thông tư 22/2013/TT-BYT ngày 09/8/2013 của Bộ trưởng Bộ Y tế về đào tạo liên tục CBYT, Trung tâm đào tạo nhân lực y tế theo nhu cầu xã hội thuộc Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh thông báo chiêu sinh **Lớp Dưỡng sinh Yoga khí công xoa bóp - Khóa 10** như sau:

I. Mục tiêu đào tạo Sau khi học xong, học viên phải :

1. Trình bày được sơ lược nguồn gốc của phương pháp dưỡng sinh, Yoga, khí công.
2. Trình bày được tác dụng các động tác Yoga, khí công, xoa bóp đối với cơ thể.
3. Thực hiện và hướng dẫn người khác tập được 40 động tác Yoga, khí công, dưỡng sinh.
4. Thực hiện được 30 thủ thuật xoa bóp trên 7 vùng cơ thể.
5. Ứng dụng được xoa bóp dưỡng sinh khí công Yoga chăm sóc điều trị một số bệnh.

II. Đối tượng đăng ký :

1. Các cán bộ y tế (bác sĩ, điều dưỡng, lương y, y sĩ), người lao động, công nhân viên chức muốn bồi dưỡng kiến thức, kỹ năng thực hành Yoga, khí công xoa bóp để phòng bệnh và nâng cao sức khoẻ.
2. Thân nhân và bệnh nhân các bệnh mạn tính giai đoạn ổn định muốn thực tập Yoga, khí công, xoa bóp để tự chăm sóc và nâng cao sức khoẻ (tốt nghiệp từ trung học cơ sở trở lên).

III. Chương trình đào tạo

A. Lịch giảng lý thuyết : 17g45 - 21g15; Phòng CAL (Phòng học có hỗ trợ máy vi tính)

Buổi	Nội dung
1	Đại cương phương pháp dưỡng sinh, Yoga, khí công; Kỹ năng thư giãn; Kỹ năng Hồ hập và Thở 4 thời
2	Các nguyên tắc lớn để tập thể dục Yoga, Vấn đề dinh dưỡng khoa học
3	Thái độ tâm thần trong cuộc sống; Ý nghĩa 40 động tác dưỡng sinh, 7 luân xa
4	Ứng dụng dưỡng sinh, Yoga, khí công trong chăm sóc, điều trị: viêm loét dạ dày tá tràng, tăng huyết áp, viêm đa khớp dạng thấp, hen.
5	Đại cương về xoa bóp. Tác dụng của xoa bóp theo lý luận YHCT; Ảnh hưởng của XB đối với thần kinh, với da, hệ nội tiết, tuần hoàn, hô hấp
6	Ảnh hưởng đối với hệ tiêu hoá, cơ, khớp và dịch gian bào; yêu cầu và cách bỏ tả; Ý nghĩa 30 Thủ thuật xoa bóp.
7	Xoa bóp chữa một số bệnh thường gặp.(4) (cảm cúm, đau lưng cấp, đau thần kinh hông, liệt giầy thần kinh bảy ngoại biên)
8	Thi Lý thuyết lần 1

B. Lịch thực tập : Phòng CAL (17g45 – 18g30)+ phòng Tiền LÂM SÀNG (18g30-21g15)

Buổi	Nội dung
1	Thư giãn, Khí công 4 thời
2	12 Động tác Yoga tư thế nằm + ôn
3	Thi LT lần 2; 7 Luân xa; 12 Động tác Xoa ngũ quan; 5 Động tác vùng lưng trên+ ôn
4	4 Động tác vùng thắt lưng; 5 Động tác xoa thân và chi+ ôn
5	7 thủ thuật tác động lên da, 6 thủ thuật tác động lên cơ , 4 Thủ thuật tác động lên huyết
6	13 thủ thuật vận động khớp + ôn
7	Xoa bóp vùng đầu mặt, Xoa bóp vùng cổ gáy, Xoa bóp vùng lưng;
8	Xoa bóp chi trên, chi dưới, vùng ngực, vùng bụng; phương pháp đánh gió.
9	Thi thực hiện 04 động tác DS, 3 thủ thuật xoa bóp và xoa bóp 1 vùng cơ thể

C. Phương pháp đánh giá cuối khóa học

1. Tiêu chuẩn thi cuối khóa:

- Không vắng quá 25% thời gian học Lý thuyết và Thực hành dù có lý do hay không có lý do (Riêng Thực hành không vắng quá 2 buổi trong 8 buổi).
- Không vi phạm nội quy kỷ luật của bộ môn - đơn vị cơ sở nơi thực tập.

2. Đánh giá lý thuyết : Hình thức kiểm tra trắc nghiệm 70 câu, 60 phút.

3. Đánh giá thực hành : Mô tả và thực hiện động tác dưỡng sinh, Yoga, khí công, xoa bóp

IV. Cán bộ giảng dạy: 1. PGS.TS. Phạm Huy Hùng; 2. BS.CK2. Huỳnh Tấn Vũ

3. BS Nguyễn Hữu Đức Minh; 4. BS Nguyễn Thị Anh Đào. 5. BS Bùi Tiến Thành

V. Ngày khai giảng: lúc 17g45 thứ Hai ngày 02/10/2017

Tại: Phòng CAL Khoa Y Học Cổ Truyền - 221B Hoàng Văn Thụ, P8, Q. Phú Nhuận

VI. Thời gian học : tập trung 2 tháng, Từ ngày 02/10/2017 đến ngày 27/11/2017

Buổi học: chiều thứ Hai, thứ Tư, từ 17g30 đến 21g15

VII. Hồ sơ đăng ký gồm:

- 04 tấm hình 3 x 4 (hình chụp không quá 6 tháng)
- 01 Bản sao bằng tốt nghiệp có công chứng (*tốt nghiệp từ trung học cơ sở trở lên*);
- Sơ yếu lý lịch (có xác nhận của đơn vị công tác hoặc địa phương);
- Đơn đăng ký học (theo mẫu của Trung tâm).

VIII. Học phí, thời gian nộp hồ sơ : Học phí 3.500.000đ/học viên (không gồm tài liệu tham khảo), thời gian nộp hồ sơ từ 01/09/2017 đến 29/09/2017, tại số 2 đường Phù Đổng Thiên Vương, P11, Q5, TP. HCM.

Số lượng học viên 40 học viên/lớp. Ưu tiên xếp lớp các hồ sơ đăng ký trước.

Mọi chi tiết xin liên hệ Trung tâm đào tạo nhân lực y tế theo nhu cầu xã hội – Đại học Y Dược TP. HCM, điện thoại (028)38539207, Website: daotaonlvt.edu.vn hoặc www.vds.edu.vn. Email: tttnlvt@gmail.com, hoặc PGS.TS. Phạm Huy Hùng 0123.6236.930; BS. Nguyễn Hữu Đức Minh 0983.276.267

Hình thức đóng học phí:

- ❖ Đóng học phí trực tiếp: Trung tâm Đào tạo nhân lực Y tế theo nhu cầu xã hội
- ❖ Chuyển khoản: Nội dung CK xin ghi rõ “Đóng học phí lớp Dưỡng sinh Yoga khí công xoa bóp - Khóa 10”.

Tên tài khoản: Trung tâm Đào tạo nhân lực y tế theo nhu cầu xã hội

Địa chỉ: Số 2 đường Phù Đổng Thiên Vương, Phường 11, Quận 5, TP. HCM

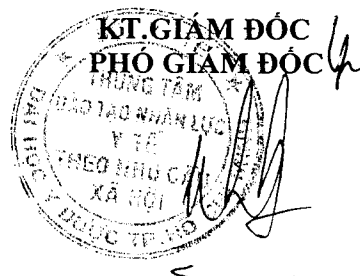
Số Tài khoản: 000470406001232

Ngân hàng TMCP Sài Gòn Công Thương, CN Thái Bình, TP. HCM

Ghi chú: Học viên tự túc ăn, ở trong quá trình học tập.
Không nhận hồ sơ qua đường bưu điện.

Nơi nhận:

- Các Bệnh viện YHCT;
- Hội Đồng y;
- Lưu.



PGS.TS. Nguyễn Thị Bay