



## **mgr Elżbieta Pakoca**

magister rehabilitacji,  
dyplomowany terapeuta manualny,  
terapeuta TRE – poziom III

### **Adress:**

Osiedle Dolne Miasto 28/22, 78-600 Wałcz

### **Telephone:**

+48 600 46 46 46

### **Mail:**

epakoca@wp.pl

Od 20 lat pracuję z ludźmi. W szpitalu, klubie fitness, centrum rehabilitacji, w prywatnym gabinecie... Od zawsze szukałam odpowiedzi na pytanie: „jak można pomóc ludziom odzyskać zdrowie ?”

Stosowałam różne metody pracy z ciałem: rehabilitację, masaż, ćwiczenia , pracę z oddechem, osteopatię, terapię manualną i obserwowałam, że niezależnie od stosowanej techniki, niezależnie od stopnia zaawansowania choroby, jedni pacjenci uzyskiwali poprawę stanu zdrowia a inni nie.

Oczywiście, miałam świadomość gdzie i w czym tkwi ta niezwykła umiejętność „odradzania się”. Wiedziałam, że każdy z nas ma w sobie „lekarza”, który potrafi zdziałać cuda. Natura i ludzkie ciało są dla mnie wystarczającym dowodem na istnienie Boga. Jednakże wciąż szukałam skutecznego sposobu by ten „cudowny” mechanizm uruchomić.

Kiedy trafiłam na pierwszą książkę Alexandra Lowen’a a później na materiały o TRE David’a Berceli’ego poczułam, że wreszcie, po latach poszukiwań znalazłam wiele odpowiedzi na nurtujące mnie pytania.

Teraz, poza aktywną pracą zawodową w Centrum Rehabilitacji i własną praktyką, jestem w trakcie szkolenia w Analizie Bioenergetycznej (A. Lowen) i zdobywam doświadczenie w TRE (D. Berceli), które już przyniosło fantastyczne rezultaty zarówno dla mnie samej, jak i dla moich pacjentów.

Odkrywam w sobie to, czego szukałam tyle lat, i dzięki czemu mogę wreszcie pomagać ludziom w uwalnianiu się od blokad, które utrudniają im życie. Cudowne uczucie!

### **Wykształcenie:**

- 2011 - Szkolenie w Analizie Bioenergetycznej A. Lowen’a
- 2010 - TRE (Tension and Trauma Releasing Exercises)  
*dr D. Berceli - III poziom – w trakcie*

- 1988 – 1992 Akademia Wychowania Fizycznego – Warszawa,  
Wydział Rehabilitacji Ruchowej  
*Magister Rehabilitacji Ruchowej*
- 1985 – 1987 Medyczne Studium Zawodowe – Konstancin  
*Dyplom Technika Fizjoterapii*

### **Dodatkowe kwalifikacje:**

- Diagnostyka obrazowa narządu ruchu dla fizjoterapeutów (2011)
- Warsztat terapeutyczny „Leczenie poprzez ciało” (2011)
- Warsztat "Integracja ciała i umysłu" (01.2010)
- Terapia Manualna Holistyczna (2010)
- Warsztat "Integracja ciała i umysłu" (11.2009)
- Międzynarodowy Kongres Medycyny Osteopatycznej (10.2009)
- Warsztat "Integracja ciała i umysłu" (09.2009)
- Terapia edukacyjna (2009)
- Techniki tkanek miękkich (2008)
- Konferencja szkoleniowa Bodywork (2008)
- Metoda dr Ackermanna (2007)
- Osteopatia funkcjonalna (2006)
- Oddychanie Dynamizująco Integrujące i Enneagram (2005)

Członek Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii

Członek Polskiego Towarzystwa Terapii Manualnej w Modelu Holistycznym

Członek Międzynarodowego Instytutu Analizy Bioenergetycznej IIBA

### **Doświadczenie zawodowe:**

- 2003 – „Elvita” Studio Zdrowia  
*praktyka prywatna*
- 2004 - Centrum Medyczno-Rehabilitacyjne „Puls”  
*kierownik działu rehabilitacji i odnowy biologicznej*
- 2006 – 2007 Dom Pomocy Społecznej w Wałczu  
*rehabilitacja*
- 2000 – 2001 World Fitness – Warszawa  
*Członek Zarządu*
- 1995 – 2000 World Class – Warszawa  
*General Manager*
- 1990 - 1995 Fitness Club w Hotelu Marriott Warszawa  
*Rehabilitacja i masaż*
- 1988 - 1990 Policealne Studium Zawodowe w Warszawie  
*Nauczyciel masażu i fizykoterapii*
- 1987 – 1990 Wojewódzki Szpital Zespolony w Warszawie  
*Technik Fizjoterapii*