




Shiatsu
Praxis Hanselmann

Nadja Hanselmann
Shiatsu Therapeutin

Shiatsu Praxis Hanselmann
Oberschneit 59
8523 Hagenbuch ZH
079 664 81 57
info@praxis-hanselmann.ch
www.praxis-hanselmann.ch

Sanfter Druck berührt Innerstes

Shiatsu-Therapien werden über die Zusatzversicherung der meisten Krankenkassen vergütet

Die aus Japan stammende Therapiemethode Shiatsu geht Beschwerden auf den Grund, fördert den Heilungsprozess und stärkt die Selbstkompetenz für ein gesundes Leben.

Gesundheit Shiatsu gehört zum Berufsfeld der Komplementärtherapie und wird in der Praxis als sehr angenehm und entspannend erlebt. Die Behandlung unterstützt Körper, Seele und Geist bei Beschwerden, in Veränderungsprozessen und in der Rehabilitation. Shiatsu fördert die Selbstwahrnehmung, stärkt die Selbstregulierung und unterstützt die Genesungskompetenz. Anlass zu einer Shiatsu-Behandlung gibt meist ein Symptom. Die Therapie agiert jedoch nicht symptombezogen, sondern verfolgt einen ganzheitlichen salutogenen Ansatz. In der Komplementärtherapie geht man davon aus, dass Symptome Ausdruck einer beeinträchtigten Selbstregulation sind. Die Ressourcen des Menschen, seine gesunden Anteile, nicht seine Defizite stehen im Fokus. Er erfährt in der Therapie Selbstwirksamkeit, welche sein Vertrauen in sich selbst und in interne körperliche und psychische Prozesse stärkt.

Selbstwahrnehmung wird gestärkt Im Shiatsu arbeiten Therapeutinnen und Therapeuten mit Berührung am Körper. Sie nehmen den energetischen Zustand der Meridiane und der dazugehörigen Organe der Klientinnen und Klienten wahr, ertasten Blockaden oder energiearme Zonen und nutzen verschiedene Techniken wie Fingerdruck, Dehnungen und Rotationen, um den Energiefluss in den Meridianen und im ganzen Körper auszugleichen. Die Behandlung findet in einer ruhigen Atmosphäre auf einem Futon oder einer Liege im bekleideten Zustand statt.

Klientinnen und Klienten nehmen die Berührung auf verschiedenen Ebenen wahr. Sie spüren, wie ihr Körper auf die Behandlung reagiert und wie sie dabei zur Ruhe kommen. Fragen zum aktuellen Körperempfinden während der Behandlung unterstützen die behandelte Person darin, die Geschehnisse im Körper und damit Muster, Bedürfnisse und Gefühle zu erspüren und sich selbst bewusster wahrzunehmen. Denn: Selbstwahrnehmung ist ein wesentlicher Aspekt für die Genesung. Sie erlaubt der Klientin und dem Klienten in Kontakt mit behindernden Gefühls-, Denk-, Haltungs- oder Handlungsmustern zu kommen.

Zusammenhänge verstehen Wichtig dabei sind das Verstehen und Einordnen der Zusammenhänge der Beschwerden mit der Lebensführung. Damit verbunden ist eine Auseinandersetzung der Klientinnen und Klienten mit sich selbst. Sie erkennen, dass sie selbst wesentlich zu ihrer Genesung beitragen können und finden die Motivation, für sich selbst einzustehen. Auch die Ressourcen für den Genesungsprozess werden erforscht und mobilisiert. Die Basis für diese Prozesse schafft die Interaktion zwi-



Shiatsu hilft gegen diverse Symptome: Unter anderem gegen Migräne oder gegen Essstörungen.

schen Therapeutin und Klientin. Frauen und Männer erleben so einen sehr individuellen Genesungsverlauf und nehmen letztlich als Experten ihrer selbst am Prozess teil. Heute ist Shiatsu im Gesundheitswesen eine anerkannte Therapie, die sich in den letzten 45 Jahren in der Schweiz etabliert hat. Genauere Details zu Shiatsu als Therapie sowie eine Therapeutesuchfunktion sind auf der Webseite der Shiatsu Gesellschaft Schweiz zu finden. *pd*

Weitere Informationen:
Shiatsu Gesellschaft Schweiz
www.shiatsuverband.ch

Shiatsu hilft gegen:

- Kopfschmerzen und Migräne
- Nacken-, Rücken- und Schulterschmerzen
- Magen-Darm-Probleme
- Chronische Erkrankungen wie Rheuma und MS
- Menstruationsbeschwerden
- Erschöpfung, Burnout und Depression
- Nervosität, Schlafstörungen und Angstzustände
- Essstörungen
- Rehabilitation nach Erkrankungen und Unfällen
- Begleitung während der Schwangerschaft und nach der Geburt
- Begleitung in den Wechseljahren



Lichtpunkt
Praxis für Körper- und Energiearbeit

Nathalie Zwygart
Komplementärtherapeutin mit Branchenzertifikat O&A KT,
Methode Shiatsu

Stadthausstr. 41 - 8400 Winterthur
Tel.: +41 79 586 32 10

n.zwygart@lichtpunkt-praxis.ch
www.lichtpunkt-praxis.ch

Einfach ausprobieren

JETZT ONLINE DEINE KOSTENLOSE
30MIN SHIATSUBEHANDLUNG* BUCHEN

SANDY GSELL, UNTERE KIRCHGASSE 2
WWW.SHIATSU-PRAXIS-WINTERTHUR.CH

*DIESES ANGEBOT GILT FÜR DIE ERSTEN 20,
DIE EINE 30MIN BEHANDLUNG BUCHEN
(ANGEBOTSERDE 30.09.2021)




shiatsuka
sabina graf
dipl. shiatsu Therapeutin sgs

shiatsuka.ch
shiatsu qigong systemische aufstellungen zazen



«Ich bin Komplementär Therapeutin und biete Shiatsu Behandlungen an in meiner Praxis in Winterthur oder bei Ihnen zu Hause in Ihrem gewohnten Umfeld.»



Möchten Sie die vielfältigen Möglichkeiten von Shiatsu persönlich kennenlernen? Dann freue ich mich auf unseren gemeinsamen Termin in meiner Praxis in Winterthur oder bei Ihnen zu Hause.

Sollten Sie vorab Fragen haben, stehe ich Ihnen gerne per E-Mail oder telefonisch zur Verfügung.

Telefon: 076 570 22 32
E-Mail: kuhn.vero@icloud.com
<https://www.shiatsu-veronika.com/>

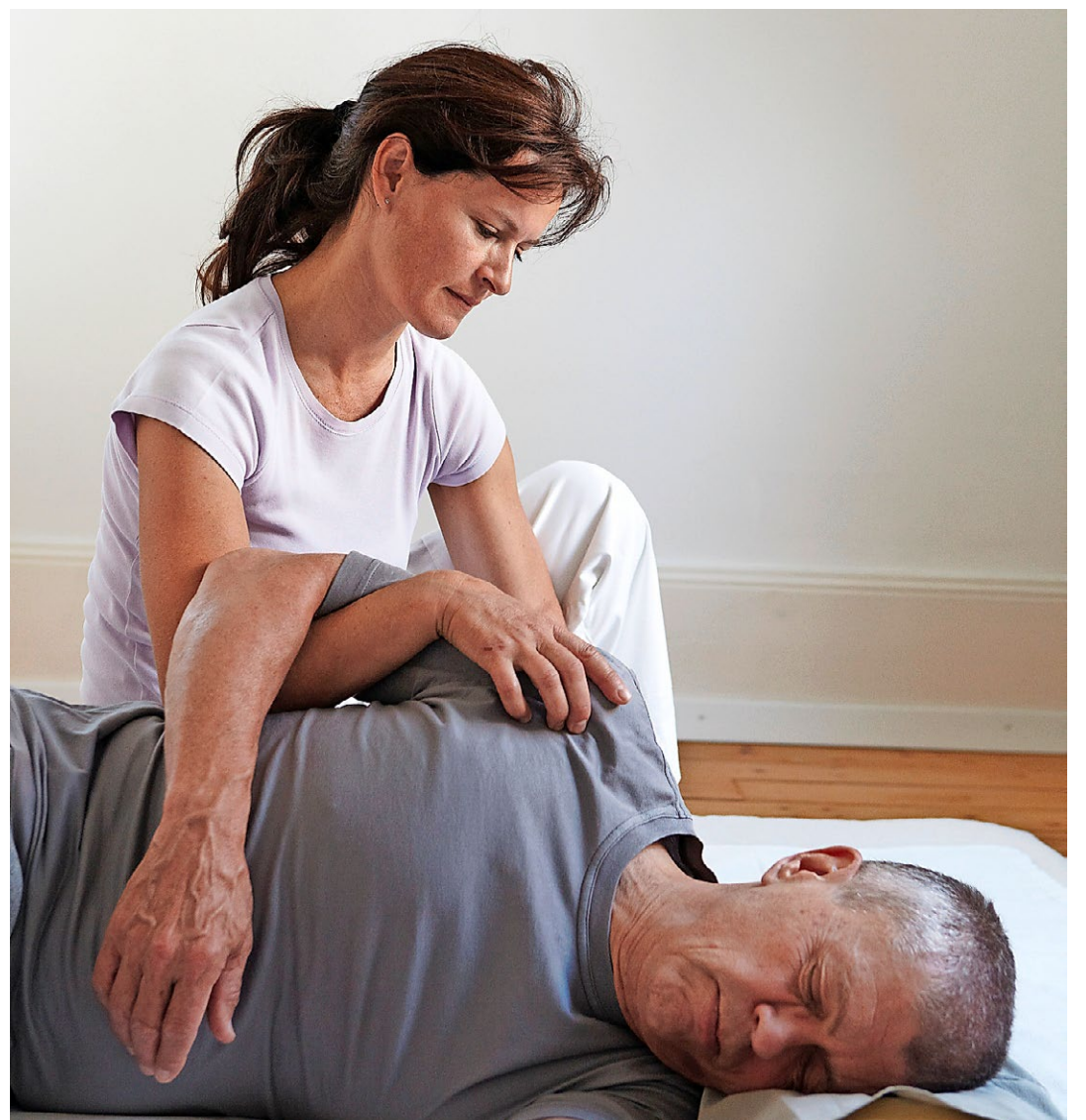


Info-Anlässe & Kurse vor Ort und online

Geh deinen Weg.

In einen Beruf mit Sinn und Zukunft: Mit eidg. Diplom z.B. in Shiatsu behandeln Sie kompetent und persönlich, arbeiten selbstbestimmt. Unsere Ausbildungen sind modular, studieren Sie also auch nebenberuflich, in Ihrem Tempo. Informieren Sie sich, wir freuen uns auf Sie.

www.heilpraktikerschule.ch
Heilpraktikerschule Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch

Shiatsu-Therapien sind meist in Zusatzversicherungen der Krankenkasse enthalten.

Bilder: pd

