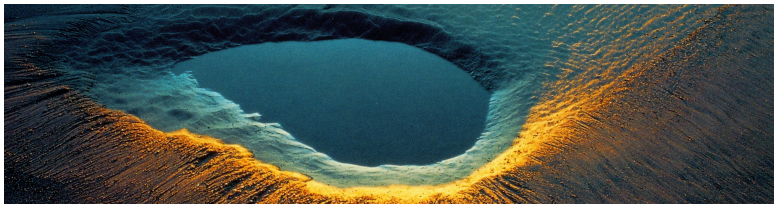

Craniosacral Therapie

Die Craniosacral Therapie wurde am Anfang des 20. Jahrhunderts auf der Basis der Osteopathie (Knochenheilkunde) weiterentwickelt.

Es handelt sich um eine ganzheitliche Körpertherapie, die sich an den anatomischen Strukturen orientiert. Der Name Craniosacral setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Die beiden wichtigen Pole Schädel und Kreuzbein bilden mit den Gehirn- und Rückenmarkshäuten eine Einheit, in welcher die Gehirnflüssigkeit (Liquor) rhythmisch pulsiert. Dieser Rhythmus überträgt sich auf den gesamten Körper und beeinflusst die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des ganzen Menschen.

Hinter den rhythmischen Bewegungen der Gehirnflüssigkeit ist eine Kraft. Sie wird primäre Atmung oder Lebensatem genannt – der Zündfunke, der das System in Gang bringt. Diese Kraft durchströmt, verbindet und belebt alle lebenden Organismen. Der Lebensatem drückt sich im ganzen Körper aus und reguliert alle Körperfunktionen.

Veränderungen in diesem System geben die nötigen Hinweise für die therapeutische Arbeit mit den betroffenen anatomischen und energetischen Strukturen. Craniosacral Praktizierende begleiten mit feinen manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten, den Klienten/-in auf dem Weg zur Selbstheilung. Dabei wird aber nie etwas erzwungen – nichts muss, alles darf lautet das Motto. Mit der Anregung der Selbstheilungskräfte werden nicht nur strukturelle, sondern auch emotionale Spannungen gelöst. Die Gesundheit im Menschen wird unterstützt und Ressourcen werden gestärkt, so dass positive Veränderungen stattfinden können. Die Körperwahrnehmung wird verbessert.

Menschen jeden Alters, vom Neugeborenen bis hin zum betagten Menschen können mit Craniosacral Therapie behandelt werden. Die Therapie ist für sehr vieles hilfreich, unter anderem zur Unterstützung der Rehabilitation nach Krankheiten und Unfällen, bei chronischen Schmerzzuständen, Schleuder-, Sturz- und Stauchtraumata, Kopfschmerzen/Migräne, Rücken-Schulter- und Nackenbeschwerden, zur Regulation des Bewegungsapparats, der Organe und des Lymph-/Hormonsystems, bei gereiztem veg. Nervensystem, Erschöpfungszuständen/Depressionen, Schlafproblemen, Allergien, Asthma, Verdauungsbeschwerden, Menstruationsbeschwerden, Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung, Nachbetreuung nach Geburt oder Problemgeburt, Schreikinder, Hyperaktivität, Konzentrationsschwierigkeiten, kieferorthopädischen Problemen, Tinnitus, psychosomatische Beschwerden, oder auch nur um sich etwas Gutes zu tun.
Craniosacral Therapie ist von den Krankenkassen anerkannt (Zusatzversicherung). Kosten: CHF 140.- pro Sitzung (60 Min.)
Praxis am Zedernbaum, alte Landstr. 273, 8708 Männedorf

Evelyn Rappersberger
dipl. Craniosacral Therapeutin Cranio Suisse®
T 078 632 77 01, evelynrappersberger@gmail.com
www.craniosacral-evelyn.ch