

## Klassische Homöopathie

Samuel Hahnemann (1755-1843) ist der Begründer der Homöopathie. Er formulierte das von ihm beobachtete Heilgesetz:

*"Ähnliches werde mit Ähnlichem geheilt"*

Die klassische Homöopathie regt die Selbstheilungsprozesse des Körpers an und hilft so dem Organismus zu seiner eigentlichen Lebenskraft zurück zu kehren.

### Anwendungsbeispiele

#### Schulprobleme

- Konzentrationsschwäche
- Legasthenie
- Lernstörungen
- Lustlosigkeit
- Prüfungsangst
- Versagensangst
- Ruhelosigkeit
- Hyperaktivität
- Verhaltensstörungen
- Entwicklungsstörungen

#### Frauenleiden

- PMS
- Menschenbeschwerden
- Wechseljahre
- Partnerschaftsprobleme

#### Männerleiden

- Stressabbau
- Potenzbeschwerden
- Prostataerkrankungen
- Partnerschaftsprobleme

## Kraniosakrale Therapie

Die Kraniosakrale Therapie ist eine sehr feine und tief wirksame osteopathische Behandlungsmethode. Sie wirkt ganzheitlich und unterstützt - ebenso wie die Homöopathie - die Selbstheilungskräfte des Patienten.

Unverarbeitete; psychische Themen werden im Bindegewebe gespeichert. Der Therapeut kann daher mit dieser Therapieform seelische Traumata auf körperlicher Ebene gezielt behandeln.

### Anwendungsbeispiele

- Geburtskomplikationen
- Kieferorthopädische Eingriffe
- Traumatismen
- Beinlängendifferenz
- Schädelverletzungen
- Haltungsschäden
- Schleudertraumata
- Skoliose
- Dauerstress
- Traumatische Erlebnisse
- Dauerhafte psychische Belastungen

## Atemtherapie

Mit Hilfe der Atemtherapie lassen sich tief sitzende energetische Blockaden lösen. Durch einfaches Atmen in tiefen, sanften und verbundenen Zügen wird die ursprüngliche, unschuldige Lebensenergie des Körpers angeregt. Oftmals tritt in der Folge ein Zustand von Erleichterung, erhöhter Präsenz und liebevollem Verständnis ein.

### Anwendungsbeispiele

- Niedergeschlagenheit und Antriebslosigkeit
- Anspannung und Streß
- Angstzustände
- Geistige Ruhelosigkeit

## Ernährungsberatung nach den 5 Elementen

In der 5-Elemente-Ernährung sind die Lebensmittel selbst Ihre Heilmittel! Diese Ernährungslehre entspringt der Traditionellen Chinesischen Medizin. Dabei werden den 5 Elementen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser die menschlichen Organe, Jahreszeiten, Farben und Geschmacksrichtungen zugeordnet. Gemäß dieser Lehre werden persönliche Ernährungsvorschläge zusammengestellt auf Basis des individuellen Typs, abhängig vom körperlich-seelischen Zustand ebenso wie von der Jahreszeit.

Diese Form der Ernährung wirkt nährend, aufbauend und gleichzeitig ausleitend. Ausgewogene Menüs und leckere Desserts ohne Zucker stärken Zufriedenheit und wirken entschlackend. Im Vordergrund stehen Freude am Essen und Genießen, Kalorien zählen und Diäten werden nicht mehr benötigt! Sie fühlen sich fit, leistungsstark und ausgeglichener.

In den 5-Elemente-Kochkursen werden spezielle Koch- und Schneidetechniken sowie alltagstaugliche Rezepte vermittelt. Auch für Berufstätige und andere Eilige geeignet!

### Anwendungsbeispiele

- Schwangerschaftsprobleme
- Magen-Darmbeschwerden
- Stoffwechsellstörungen
- Hitzewallungen
- Übergewicht
- Heißhunger

