

Therapien im Rüttihubelbad



Rüttihubelbad 

Atemtherapie – Ganzheitlich integrative Atemtherapie IKP

Atemtherapie zählt zu den ältesten Therapien überhaupt und ist eine ganzheitliche Form der Körpertherapie. Das Ziel der Atemtherapie ist das Erlangen eines umfassenden Wohlbefindens.

Eine Atembehandlung bewirkt, dass der Muskeltonus der Klientin/ des Klienten reguliert wird. Durch gezielte Berührungen, leichten Druck oder Dehnen wird der Atem begleitet und bewusst gemacht. Wahlweise wird mit sanften Massagegriffen und Öl auf der Haut gearbeitet. Zudem werden individuelle Atemübungen erarbeitet und für die selbständige Anwendung im Stehen, Sitzen oder Liegen eingeübt.

Der Atem kann durch diese Interventionen freier fließen, sich vertiefen sowie die innere Anteilnahme anregen und die Selbstheilungskräfte fördern.

Die eingesetzten Methoden eignen sich für ein breites Spektrum von Beschwerden:

- Spannung/Entspannung
- Körperempfindung und -wahrnehmung stärken
- Schmerzen lindern
- Beweglichkeit fördern oder erhalten
- Organe beleben
- Zellen mit Sauerstoff versorgen
- Selbstbewusstsein stärken
- Psychosomatischen Beschwerden besser begegnen



Anna-Barbara
Meyer-Merz
praxis@meyermerz.ch
079 230 14 61

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Leistungen unterscheiden sich je nach
Krankenkasse).

Craniosacral Therapie

Wenn Stille bewegt: mit Craniosacral-Therapie zu mehr Wohlbefinden und Ausgeglichenheit im Alter.

Der Name setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Dort und beim Rückenmark befindet sich die Gehirnflüssigkeit, welche rhythmisch zwischen Schädel und Kreuzbein fliesst. Sie schützt und versorgt Hirn, Rückenmark und Nerven.

Die Therapeutinnen geben mit ihren Händen sanfte, manuelle Impulse, um ein besseres Fliesen der Gehirnflüssigkeit zu ermöglichen. So können Nerven, Muskeln, Organe oder die Gewebe des Körpers optimal miteinander funktionieren. Selbstheilungskräfte werden aktiviert und das körperliche und seelische Wohlbefinden gefördert.

Die Therapie eignet sich bei folgenden (und weiteren) Beschwerden:

- Schmerzen (Kopf-, Nacken-, Rücken-, Gelenke-, etc.)
- Gleichgewichtstörungen
- Schlafschwierigkeiten
- Verdauungsproblemen
- Angespanntheit und Unruhe

Die Behandlung erfolgt in der Regel auf einer Liege in bequemen Kleidern.



Ingrid Zengaffinen
ingrid.zengaffinen@
bluewin.ch
079 682 52 90

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Kostenübernahme abklären).

Heileurythmie

Heileurythmie eignet sich für jedes Alter, wirkt auf den gesamten Organismus und fördert die Selbstheilungskräfte. Die Bewegungen werden auf den jeweiligen Patienten und seine Situation angepasst.

Die Heileurythmie wurde 1921 aus der Bewegungskunst Eurythmie entwickelt. Sie ist eine anthroposophische Bewegungstherapie für jedes Alter, wirkt auf den gesamten Organismus aufbauend, anregend, lösend und strukturierend. Sie kommt bei akuten und chronischen Krankheitsformen zur Anwendung.

In der Vitaleurythmie werden harmonisierende Übungen zur täglichen Anwendung erarbeitet. Sie dienen der Förderung des allgemeinen Wohlbefindens. Vitaleurythmie ist bei Stress und Erschöpfungszuständen besonders wirksam. Sie wirkt verjüngend und belebend.



Alterswohn- und Pflegeheim:

Regula Senn
regulasenn@bluewin.ch
078 928 85 24

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Leistungen unterscheiden sich je nach Krankenkasse).

Sozialtherapeutische Gemeinschaft:

Gabriela Kurmann
info@gabrielakurmann.com
076 323 09 09

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Leistungen unterscheiden sich je nach Krankenkasse).

Maltherapie

Farb- und Bildkompositionen erreichen den Menschen unmittelbar. Es entsteht ein Erlebnis, in welchem sich der Mensch erfährt und erkennt.

Im schöpferischen Tun werden die Wahrnehmung, die Phantasie, das Farb- und Formempfinden angeregt und geübt. Daraus entsteht ein Sich-Öffnen, ein Erlebnis, welches aus dem Alltag erhebt und in welchem sich der tätig-schöpferische Mensch erfährt und erkennt. Dabei können die Selbstheilungskräfte bei unterschiedlichen Krankheitsbildern angeregt werden, je nachdem worauf der Blickwinkel beim Gestalten gelegt wird: auf die Farben und ihre seelische Wirkung, auf Formen, auf mehr oder weniger flüssige Farben. Das schöpferische Tun durchwärmt und entspannt den Organismus.

Maltherapie kann einzeln oder in Gruppen stattfinden.



Erika Haerri
anupa@bluewin.ch
079 209 71 73

Finanzierung: Selbstzahlung



Manuelle Lymphdrainage

Mit dieser speziellen Massagetechnik werden Lymphstauungen im Gewebe reduziert, indem die Motorik der Lymphgefäße angeregt wird. Sie wirkt stark entspannend und beruhigend.

Bei der manuellen Lymphdrainage handelt es sich um eine spezielle Massagetechnik, mit der Lymphstauungen im Gewebe reduziert werden können. Die Manuelle Lymphdrainage ist eine entstauende Massnahme, mit deren Hilfe die Motorik der Lymphgefäße angeregt und damit der Abtransport überschüssiger Gewebeflüssigkeit erleichtert werden soll. Darüber hinaus hat die Lymphdrainage eine stark entspannende und beruhigende Wirkung und sie regt das Immunsystem an.

Eine gestörte Funktionsfähigkeit dieses Drainagesystems zum Beispiel infolge von Verletzungen oder nach Operationen kann zu einer Ansammlung von Flüssigkeit in den Zellzwischenräumen führen. Als Folge davon können Schwellungen (Ödeme) entstehen.



Renate Kunz
renate-kunz@bluewin.ch
077 404 68 22
034 422 51 96

Finanzierung:
Grundversicherung (mit Verordnung vom Arzt) /
Zusatzversicherung



Musiktherapie

Die Anthroposophische Musiktherapie ist eine nonverbale Therapieform, die gezielt auf die vielfältigen Möglichkeiten der Musik zur Anregung und Stärkung der Selbstheilungskräfte und zur Harmonisierung der Atmung setzt.

Die Anthroposophische Musiktherapie nutzt je nach Krankheit und Bedürfnis des Patienten unterschiedliche Elemente der Musik: Töne, Tonleitern, Intervalle, Rhythmen, Stimmungen. Sie arbeitet mit Hilfe spezieller Instrumente, die einfach und ohne Vorkenntnisse zu spielen sind und einen intensiven Klang erzeugen. Neben den Instrumenten spielt die Stimme eine wesentliche Rolle.

Musiktherapie wird bei akuten und chronischen Krankheiten angewendet. Sie entspannt, belebt, stärkt das Selbstvertrauen, verbessert die Kommunikationsmöglichkeiten, unterstützt persönliche Entwicklungsschritte, weckt Lebensfreude. Musiktherapie eignet sich für Menschen jeden Alters und setzt keine besondere musikalische Vorbildung oder Musikalität voraus.

Diana Sennhauser
klangwelt@gmx.ch
079 465 64 33

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Leistungen unterscheiden sich je nach
Krankenkasse)

Physiotherapie und Feldenkrais in der Geriatrie und Langzeitpflege

In der Physiotherapie kommen verschiedene Techniken wie zum Beispiel Atemtherapie, Manuelle Therapie oder koordinierende Übungen zur Anwendung. Sie dienen dem Erhalt der Gesundheit, Selbständigkeit und Lebensqualität.

Die Physiotherapie wird in der rehabilitativen und palliativen Pflege eingesetzt und basiert auf interdisziplinärer Zusammenarbeit. Sie dient der:

- Unterstützung der Selbständigkeit und Lebensqualität
- Erhaltung bzw. Verbesserung von Atem und Kreislauf
- Koordination und Sensomotorik
- Sturzprophylaxe
- Rehabilitation nach Verletzungen und Operationen

Vielfältige Techniken werden dazu angewendet, zum Beispiel Funktionelle Bewegungstherapie, Atemtherapie, Manuelle Therapie, Manuelle Lymphdrainage.

Ihre Physiotherapeuten sind auch Feldenkraislehrer:



Christoph Somalvico
c-somalvico@bluewin.ch
079 227 45 18

Finanzierung:
Grundversicherung /
Komplementärversicherung

Renate Kunz
renate-kunz@bluewin.ch
077 404 68 22

Finanzierung:
Grundversicherung /
Komplementärversicherung

Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegmann

Rhythmische Massage-Therapie basiert auf der anthroposophischen Menschenerkenntnis. Durch einfühlsame, fließende, rhythmische Massagegriffe werden Selbstheilungskräfte und Gesundheit angeregt.

Rhythmische Massage wird befundorientiert angewendet. Sie aktiviert in Passivität gefallene Prozesse im Körper und gleicht Einseitigkeiten im Organismus aus. Sie wirkt auch auf tiefere Schichten des Gewebes. Dabei verbessern sich zum Beispiel die Durchblutung, die Lymphgefäß-Motorik, Atmung und Verdauung sowie der Schlaf-Wach-Rhythmus. Sie löst Verspannungen und oder weckt Bewusstsein.

Grundsätzlich wird die individuelle Präsenz im Leib harmonisierend angesprochen. Menschen mit Symptomen von Demenz finden Halt. BewohnerInnen auf dem letzten Lebensweg erfahren Linderung der Schmerzen und im Geistig-Seelischen Beruhigung und Öffnung.



Ricarda Zawadzki
ricarda@bzawadzki.ch
033 251 18 68
079 302 62 80

Finanzierung: Zusatzversicherung
(Leistungen unterscheiden sich je nach
Krankenkasse).

Anthroposophische therapeutische Sprachgestaltung (ATS)

Die Kernelemente dieser Therapie sind die Laute, der Atem, der Rhythmus, Sprachübungen sowie Gedichte.

Die ATS fördert eine harmonisierende, konzentrierende und erwärmende Wirkung.

Sie greift regulierend in die Atmung und in die Körper-Haltung ein, will das Selbstvertrauen stärken, den Menschen von innen erkräften, den Sprachsinn beleben und die verschiedenen Laute haben eine unterschiedliche Wirkung auf den Körper.

Sie fördert einen ganzheitlichen Genesungs- und Selbstheilungsprozess.

Geeignet für Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Menschen mit besonderen Bedürfnissen, ältere Menschen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.



Andrietta Wolf
wortkraft@bluewin.ch
041 486 01 20

Finanzierung: krankenkassen-anerkannt

Podologie

Jessica Lörtscher
031 700 81 80

Jeden zweiten Montag im Haus

Daniela Rindlisbacher
031 700 81 80

Jeden zweiten Mittwoch im Haus

Coiffeur

Bit Grossenbacher
076 432 73 19

Dienstag ganztags und Freitagvormittag
im Haus

Letzte Anpassung:
09.09.2022