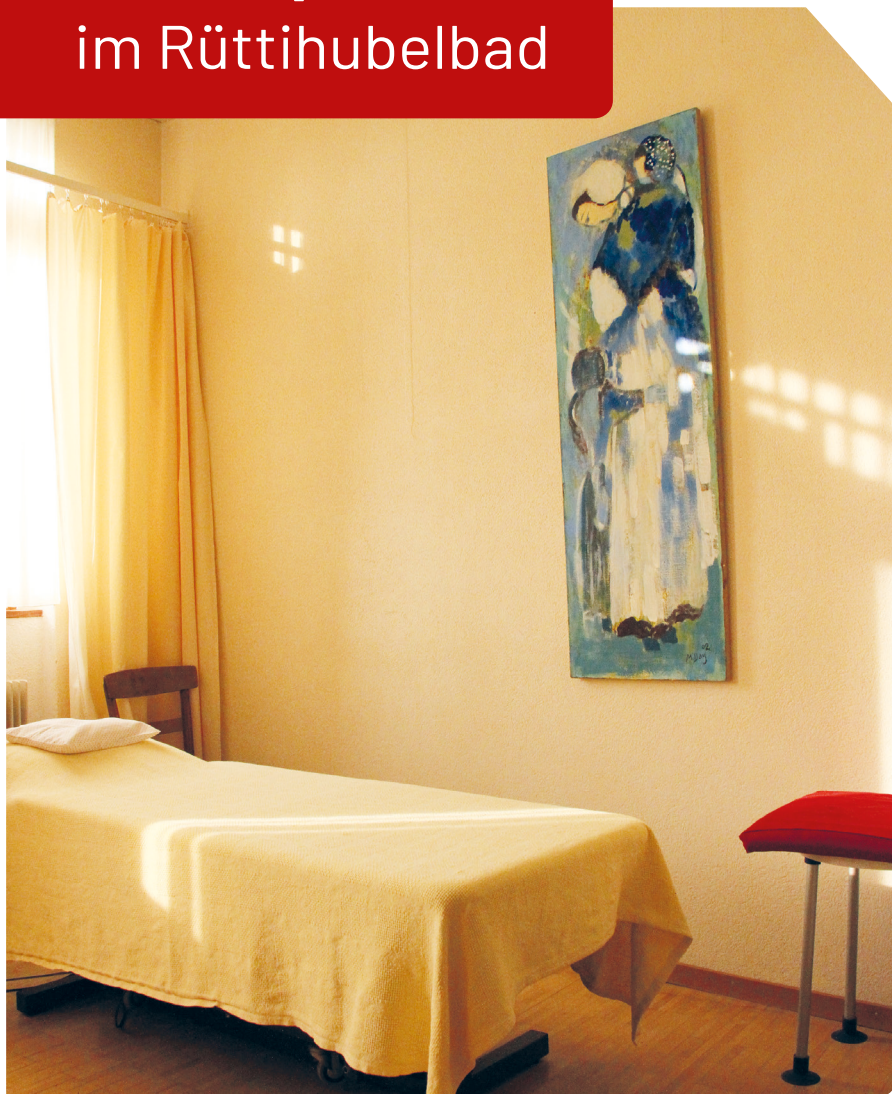


Therapien im Rüttihubelbad



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 Fließen 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.

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.

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.

Physiotherapie und Feldenkreis

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

Ihre Physiotherapeuten sind auch Feldenkraislehrer:

Renate Kunz

renate-kunz@bluewin.ch
077 404 68 22

Finanzierung: Grundversicherung
Komplementärversicherung

Christoph Somalvico

c-somalvico@bluewin.ch
079 227 45 18

Finanzierung: Grundversicherung
Komplementärversicherung

Rhythmische Massage

nach Dr. med. Ita Wegmann

Rhythmische Massage-Therapie basiert auf der anthroposophischen Menschenkenntnis. 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.

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.

Psychotherapie

Einzel-, Paar- und Gruppentherapie für
Jugendliche & Erwachsene.

Arbeitsweise

In Beziehung treten und gemeinsam fühlen um Was es geht. Eine eigenständige Persönlichkeit sein? Was will die Seele? Was will das Herz? Wo fühlt sich der Körper lebendig? Was teilen Träume und Schatten-seiten mit? Einen offenen freundschaftlich-kreativen Erforschungsraum schaffen, welcher hilft zu erkennen was hilft und was hindert.

Auf Ebenen von Fühlen, Körper, Seele den Selbstkontakt unterstützen. Wie zeigen sich die Themen des Hilfesuchenden im Hier und Jetzt unserer Begegnung? Quellen meiner Arbeit: Biodynamik/Biodynamische Psychologie/Biodynamische Psychotherapie, Gestalt, Core-Energetics, Bioenergetik, Prozess-orientierte Psychologie, Diamond Logos.

Der Alltag ist letztlich der grösste Lehrmeister!

Reinhold Dür
reinhold.duer@bluewin.ch
079 654 70 45
reinholdduer.com

Finanzierung: Selbstzahler – Sozialtarif
nach Absprache möglich. Teilweise
über Zusatzversicherung EMR im
komplementärmedizinischen Bereich

Podologie

Jacob Thies
077 468 50 46

Jeden **Donnerstag** im Haus

Coiffeur

Bit Grossenbacher
076 596 66 54

Dienstag ganztags und
Freitagvormittag im Haus



Alterswohn- und Pflegeheim
Rüttihubel 29
3512 Walkringen
031 700 81 80

Rüttihubelbad 
Alterswohn- und Pflegeheim

Juni 2025