

Naturheilpraxis
Ingrid Berger

- Ingrid Berger
Heilpraktikerin
Shiatsu-Therapeutin

- Praxis
Alte Jugendherberge
Am Ruhsal 1
23744 Schönwalde
Telefon 04528 - 91 39 575
ingridberger@gmx.net
www.naturheilpraxis-ingrid-berger.de

NATURHEIL-
PRAXIS



Ingrid Berger

Naturheilpraxis
Ingrid Berger

- Shiatsu-Therapie
- Fußreflexzonen-Therapie
- Elektromagnetischer Bluttest
- Ausleitung / Entgiftung
- Biodynamische Massage
nach Gerda Boyesen
- Akkupressur
- Meditation
- Seminare zur Aktivierung
der Selbstheilungskräfte

Fußreflexzonen- Therapie

- Die Fußreflexzonentherapie ist seit Jahrhunderten bekannt. Sie entstand aus der Erkenntnis, dass die Reflexzonen der Füße sich wie ein Abbild des menschlichen Körpers darstellen. Der Therapeut kann über diese Zonen Schwächen in den Organen erkennen und beeinflussen. Organe, Nerven und Muskeln werden gezielt behandelt. Damit wird u.a. ihre Durchblutung gefördert, Verkrampfungen und Blockaden werden gelöst.

Meine Behandlungen sind eine erweiterte Form der Fußreflexzonentherapie. Sie wirken auf die Organzonen, aber auch auf das Nervensystem ein. Diese sehr tief gehende Methode ermöglicht eine unmittelbar spürbare Entlastung und Veränderung des gesamten Befindens.

Meditation

- In innerer Achtsamkeit mit uns selbst in Kontakt zu treten, ist das Anliegen der Meditation. Die ganz eigene Entspannung und Konzentration, die damit einhergehen, harmonisieren die emotionalen, seelischen und körperlichen Prozesse und regen die Selbstheilungskräfte an.

In meiner Praxis biete ich regelmäßige Meditationsabende an. Die hier zu erlernende Methode lässt sich mit etwas Übung leicht in den Alltag integrieren. Sie hat keine spezielle religiöse Anbindung.

Shiatsu

- In seinem Menschen- und Behandlungsverständnis entspricht Shiatsu im wesentlichen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Ähnlich wie bei der Akupunktur sind die Meridiane zentral wichtig. Der Therapeut behandelt den bekleideten Patienten, indem er mit Daumen, Handballen oder Ellenbogen behutsam in dessen Energielinien „einsinkt“. Dadurch entsteht ein Tiefenkontakt, der das parasympathische System so aktiviert, dass der Patient tiefe Ruhe und Entspannung erlebt.

Shiatsu-Behandlungen verbessern u.a. die Körperwahrnehmung. Dies wird besonders in seelischen Krisen und posttraumatischen Belastungsstörungen als Unterstützung für den Heilungsprozess empfunden.

Generell ist das Einsatzspektrum sehr groß. Dazu zählen neurologische und orthopädische Beschwerden, Burn Out, Schlafstörungen, Unterstützung bei Schmerztherapien, Angstbewältigung oder beim Heilungsverlauf nach Verletzungen bzw. Operationen.

In ihrer ganzheitlich wirksamen Art sind Shiatsu-Behandlungen nicht mit herkömmlichen Massagen oder physiotherapeutischen Anwendungen vergleichbar.

Ausleitung – Entgiftung

- Bei der Behandlung von Krankheitssymptomen spielt die Entgiftung des Körpers eine entscheidende Rolle. Die gezielte Entsäuerung und Entschlackung ist zudem eine wirkungsvolle Alternative zum Fasten. Die angestrebte körperliche und seelische Entlastung empfiehlt sich beispielsweise zum Jahreszeitenwechsel. Dafür biete ich verschiedene Methoden an, u.a. das Detox-Elektrolyse-Fußbad. Das Verfahren bewirkt eine unmittelbare, gründliche Entgiftung, die allgemein als sehr angenehm und erleichternd empfunden wird.

Labor

- Seit Jahrzehnten bewährt sich der elektromagnetische Bluttest als besonders exakte Diagnostikmethode. Für die Untersuchung genügt ein einziger Blutstropfen, der Aufschluss über organische Störungen und Erkrankungen oder auch toxische Belastungen gibt.

Das naturheilkundliche Laborverfahren nutzt die elektromagnetischen Schwingungen, um selbst subtilste funktionelle Störungen zu erkennen. Seine Analyseverfahren ist besonders differenziert und umfassend. Deshalb kann der elektromagnetische Bluttest u.a. auch dann hilfreich sein, wenn sich bestimmte Symptome durch schulmedizinische Methoden nicht ausreichend erklären lassen.