

Aktivität und Entspannung

Akupunktur zur Behandlung von innerer Unruhe, Nervosität und Unfähigkeit sich zu entspannen.

Aktivität und Entspannung sind grundlegende, sich ergänzende Polaritäten, die fundamentale Auswirkungen auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit haben. Die Fähigkeit in Ruhe zu treten und sich zu entspannen, ist Grundlage für die Regeneration. Es gibt immer mehr Menschen, die nicht mehr zur Ruhe kommen können. Schlafstörungen, Nervosität, konstantes Denken, Motivationslosigkeit und Frustration können die Folge eines erschöpften Systems sein. Ebenso kann dies zu einer Schwäche des Immunsystems führen. Die Folgen können von leichten Erkrankungen bis hin zu Autoimmunkrankheiten führen. Das Tempo in unserem Alltag hat enorm zugenommen. Die Kunst liegt darin, eine Balance zwischen Höchstleistung und Entspannung zu finden.

Motivation ist die Sprungfeder der Aktivität und hat ihre Wurzeln in der Entspannung.

Die Akupunktur folgt den Gesetzmässigkeiten von Yin und Yang. Yin und Yang beschreiben die Polarität von Gegensätzen, wie sie in einer Interaktion sich nähren, ergänzen und sich gegenseitig balancieren. Diese beiden Pole über die Akupunktur Therapie auszugleichen, reguliert sämtliche Störungen, deren Ursprung im sympathischen (Bewegung und Aktivität) und parasympathischen (Erholung und Regeneration) Nervensystem liegen. In der Japanischen Akupunktur werden feinste Techniken angewandt, die zu einer Regulierung des Energie Systems führen.

Dank unserem kompetenten Praxisteam können wir Klienten im Bereich Akupunktur, Osteopathie, Mikronährstoff Beratung, Hypnose und Tuina Massage umfassend betreuen. Komplexe Erschöpfungszustände können bei uns multimodal betreut werden. Bernhard Frutiger und Jürg Champoud können auf eine langjährige Erfahrung im Bereich TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) Qi Gong (Meditation) und Tai Ji zurückgreifen.

Unsere Praxis finden Sie im Zentrum von Interlaken. Die Praxis und Therapeuten sind von kantonaler Stelle geprüft und zugelassen. Wir entsprechen den Anforderungen sämtlicher Krankenkassen. Die Kosten werden im Rahmen der Zusatzversicherung bis zu 80% übernommen.

Ich wünsche Ihnen entspannte Frühlingstage.



Bernhard Frutiger
eidg. Dipl.
Naturheilpraktiker TCM
Japanische/Chinesische
Akupunktur
Marktgasse 21
3800 Interlaken
Telefon 033 821 61 56
www.frutiger-sarbach.ch