

■ Qigong

Ruhe bewirkt Ordnung.

Laotse

.... ist eine altchinesische Bewegungs- und Meditationsmethode zur Kultivierung und Pflege von Körper, Seele und Geist. **Qigong** ist ursprünglicher Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Qi ist unsere Lebensenergie, die unsichtbar, aber spürbar ist und alles Leben erst ermöglicht.

Gong bedeutet vollbrachte Arbeit, Training oder kunstfertige Fähigkeit.

Mit **Qigong** steht bei regelmäßigem Üben, sowohl zur Vorbeugung als auch zur Linderung vorhandener Beschwerden, eine Methode zur Verfügung, mit der wir den Körper stärken, die Seele harmonisieren und den Geist klären können.

Tiefe **Entspannung** bewirkt neben der Entwicklung eines feinen Gespürs für den eigenen Körper, ein inneres Wohlgefühl von Harmonie, Vitalität und Lebensfreude. Bei qualifizierter Anleitung durch einen erfahrenen Lehrer tritt eine deutliche Verbesserung des Wohlbefindens i.d.R. nach wenigen Übungsstunden ein. In allen meinen Kursen erhalten Sie Haltungskorrektur, individuelle Begleitung und Unterstützung.

Ich biete:

- Gruppen- und Einzelunterricht
- Eigene Entspannungs-CD
- Gesundheits- und Entspannungstraining für Firmen, Schulen usw.

Qualität für Ihre Gesundheit:

Jutta Spiecker ist zertifiziert durch Taijiquan & Qigong Netzwerk Deutschland e.V. und DDQT Deutscher Dachverband für Qigong und Taijiquan



■ Akupunktur

Alle Dinge haben im Rücken das Dunkle und streben nach Licht, und die strömende Kraft gibt ihnen Harmonie.

Laotse

.... wird die Methode der TCM genannt, bei der Punkte auf den Energieleitbahnen des Körpers, den Meridianen, mit feinen Nadeln stimuliert werden. Die Stimulation ausgewählter Punkte in der Therapiesitzung dient dazu, das Qi, welches in diesen Meridianen fließt, zu bewegen oder umzuleiten und den Körper so zur Selbstheilung anzuregen.

Außer durch das Einstechen von Nadeln können die Akupunkturpunkte auch durch Erwärmen (**Moxa-Behandlung**) oder manuelle Stimulation (**Akupressur**) aktiviert werden.

In meiner Praxis wende ich die chinesische Körperakupunktur, ECIWO-Akupunktur sowie die Neue Schädelakupunktur nach Yamamoto (NSAY) an.



■ Craniosacraltherapie

Das Schönste, das wir erleben können, ist das Geheimnisvolle.

Albert Einstein

.... die Methode wurde vom Arzt und Osteopathen William Sutherland begründet. Er fand heraus, dass wenn er seine Schädelknochen manipulierte, dies in weitem Sinne seine körperliche und seelische Gesundheit beeinflusste. Seine Erkenntnisse, die er zehn Jahre lang in Selbstversuchen und Studien entwickelte, veröffentlichte er erstmals 1925.

Die Arbeit bezieht sich auf den feinen Rhythmus der Hirnflüssigkeit, des Liquors, der zwischen Schädel (Cranium) und Kreuzbein (Sacrum) feinste Pulsationen hervorbringt. Dieser craniosacrale Rhythmus ist darüber hinaus vom erfahrenen Therapeuten auch in anderen Teilen des Körpers ertastbar.

Craniosacraltherapie ist eine sehr zarte, aber präzise und einfühlsame manuelle Körperarbeit mit oft erstaunlicher Wirksamkeit bei körperlichen, psychischen und psychosomatischen Problemen und Erkrankungen. Auch stressbedingte Symptome, Beschwerden im Bereich des Bewegungsapparates, Erkrankungen mit unbekannter Ursache sowie akute und chronische Schmerzzustände können durch die Harmonisierung der craniosacralen Pulsation erfolgreich behandelt werden.

Eine **Craniosacral-Behandlung** ermöglicht neben der gezielten Behandlung von Beschwerden auch

- tiefe und wohltuende Entspannung
- ein Eintauchen in eine völlig neue Art der Selbst- und Körperwahrnehmung
- die Regeneration der eigenen Kräfte

Qigong, Akupunktur und Craniosacraltherapie können erfolgreich bei den folgenden Beschwerden eingesetzt werden:

- Akute und chronische Schmerzzustände, wie Kopf-, Rücken-, Gelenk-, Narbenschmerzen, Migräne und Schmerzen unbekannter Ursache
- Beschwerden des Bewegungsapparates, Haltungsschäden
- Schlafstörungen
- chronische Erkrankungen des Ohres, Tinnitus, Schwindel
- Kiefergelenksdysfunktion
- Nachsorge nach Gehirnerschütterung, SHT, Schleudertrauma, Folgen von Unfällen und Stürzen, Schocktrauma
- Beschwerden nach Unfällen, Stürzen und Operationen
- Neurologische Probleme, Symptome mit ZNS-Beteiligung wie z.B. Morbus Parkinson, Multiple Sklerose, Cerebral Parese, nach Schlaganfall
- Emotionales Trauma
- Stressbedingte Beschwerden, Erschöpfungszustände
- Stimmungsschwankungen
- Spirituelle Krise
- Geburtstrauma

Zusätzlich biete ich an:

- Biochemie nach Dr. Schüssler
- Ernährungsberatung nach den 5 Elementen
- sanfte Schmerztherapie Dolo-Taping
- Lebensberatung, astrologische Beratung
- Meditation



Jutta Spiecker

geboren 1967

Heilpraktikerin
Qigong-Lehrerin

- **Heilpraktikerin** seit 2002
- Ausbildung in **Craniosacraltherapie**
- vierjährige Ausbildung zur **Qigong-Lehrerin**, Lehrtätigkeit seit 2000, zertifiziert durch Taijiquan & Qigong Netzwerk Deutschland e.V.
- erlernte **TCM** (1984-1992) u.a. bei Dr. med. Stefan Kirchhoff, Barbara Kirschbaum & Claude Diolosa
- **Fortbildungen** in Transaktionsanalyse, komplementärer Onkologie, formativer Psychologie, Heilhypnose, Ausdrucksmalen, ECIWO-Akupunktur

Termine montags – freitags nach telefonischer Vereinbarung.
Hausbesuche möglich.

Kontakt:

Humboldtstr. 17
42283 Wuppertal
0202 – 2973055
mail@naturheilpraxis-spiecker.de
www.naturheilpraxis-spiecker.de



Naturheilpraxis
Jutta Spiecker

- Qigong
- Akupunktur
- Craniosacraltherapie

Humboldtstr. 17
42283 Wuppertal
0202 – 297 30 55