

# Atemtherapie

Atemtherapie spricht den ganzen Menschen an, nie „nur“ die Beschwerden oder das Kranke. Im Vordergrund steht zu Beginn der Behandlung klar die raschmögliche Besserung der Beschwerden und Stabilisierung der Gesundheit. Ich arbeite mit Berührung, Streichungen, Druck und Dehnung über den bekleideten Körper mit der Atmung und auch der Atembewegung, welche ohne Beschwerden unbehindert den ganzen Körper mit Sauerstoff versorgt und ausgleichend das vegetative Nervensystem anspricht. Sind Beschwerden oder eine Störung vorhanden, äussert sich dieses Ungleichgewicht über die unbewusst veränderte Atmung und die vom Körper kaum oder gar nicht mehr weitergeleitete Atembewegung. Der ausgleichende Einfluss der Atemtherapie auf das vegetative Nervensystem qualifiziert diese Therapiemethode zur unterstützenden Anwendung bei vielen Erkrankungen, unabhängig von Alter und Geschlecht des betroffenen Menschen. Die Therapie erfolgt sanft, ganzheitlich und einfühlsam begleitet von mir und ergänzt komplementär andere medizinische Therapien.



**AtemWert**

**Praxis AtemWert - Tamara Mächler**

Die bodenständige Gesundheitspraxis

Krankenkassen anerkannt

Atemtherapie / Atempädagogik nach Prof. Ilse Middendorf  
KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT

Sieben-Eichenweg 25  
8854 Siebnen

078 835 31 25  
info@atemwert.ch  
www.atemwert.ch