

Impuls-Strömen Kurzgriffe für Beschwerden (PDF)

In 3 - 4 Stunden erlernen Sie in jedem Themenkurs einfache und bewährte Selbsthilfegriffe für allgemeine Gesundheitsthemen (z.B. Verdauung, Wirbelsäule, Immunsystem stärken, uvm.) und für Beschwerden (z.B. Asthma, Rheuma, Migräne, Blutdruck, uvm.) Keine Vorkenntnisse nötig.

In unseren Themenkursen erlernen Sie in 3-4 Stunden einfache und bewährte Selbsthilfegriffe zu

- **allgemeinen Gesundheitsthemen** wie z.B. Immunsystem, Verdauung, Wirbelsäule, uvm.
- **Beschwerden und Symptomen** wie z.B. Asthma, Rheuma, Migräne, Parkinson, Blutdruck, uvm.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Danach können Sie sich selbst und/oder Ihre Angehörigen bei diesem Thema mit Impuls-Strömen in jeder Situation (Daheim, Spital, Rehab, Geriatrie, unterwegs,..) unterstützen

Ablauf

Nach einer kurzen Einführung in Impuls-Strömen von ca 10-15 Minuten wird das Thema des Abends sowie mögliche Zusammenhänge, die notwendigen Tore und Griffe und ihre Anwendungsmöglichkeiten erklärt und sowohl einzeln als auch in der Gruppe praktisch ausprobiert und geübt.

Beim ersten Besuch eines Themenkurses erhalten Sie eine Sammelmappe und zu jedem weiteren ein Themenblatt zum Einlegen.

Dauer und Preise

Die Themenkurse dauern in der Regel 3-4 Stunden und finden meist abends oder nachmittags statt. Der Kursbeitrag beträgt EUR 30,- pro Person und Veranstaltung (inklusive Erstmappe oder Themenkursblatt)

[>> Hier geht's zu den Themen und Terminen](#)