

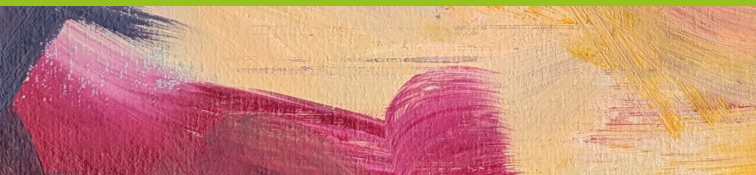
Alternative Heilverfahren für die seelische Gesundheit



Die Gruppe „alternative Heilverfahren“ eignet sich für viele Patienten und kann bei verschiedenen psychischen Krankheiten einen positiven Effekt erzielen. Hierbei ist zu beachten, dass die alternativen Methoden keine eigenständigen Behandlungen darstellen, sondern eine zusätzliche Unterstützung in einem therapeutischem Gesamtkonzept sein sollten. Themengebiete sind die Einführung in die Phytotherapie, Aromatherapie, Hydrotherapie und in TCM. Die Therapie steht prinzipiell allen Patientinnen und Patienten offen. Grundsätzlich sollte ein Interesse an bzw. eine Offenheit gegenüber alternativen Heilverfahren vorhanden sein.



Alternative Heilverfahren



Ziele der Gruppe:

Vermittelt werden grundlegende Kenntnisse über verschiedene alternative Heilmethoden sowie deren eigenständige Durchführung im Alltag. Der Fokus liegt dabei auf der Hilfe zur Selbsthilfe sowie auf der Stärkung der Selbstfürsorgekompetenz. In der Gruppe erfolgen hierzu Übungen und Anleitungen. Im Vordergrund stehen:

- ▶ die Gesundheitsförderung durch traditionelle Methoden
- ▶ Ersetzen bekannter oder ungewünschter Gewohnheiten (z.B. Alkoholgenuß/ Rauchen etc.) durch neue Rituale
- ▶ Förderung des Bewusstseins für Körper, Geist und Seele
- ▶ Anregung der Sinne und Steigerung des Wohlbefindens
- ▶ Allgemeine Steigerung von Selbstwahrnehmung und Entspannung

Wann findet die Gruppe statt?

Donnerstags von 11:00 bis 12:00 Uhr

Ca. 8 Einheiten

Wer leitet die Gruppe?

Dr. A. Jacob (Ärztin), S. Retagne (Fachpflegekraft)

kbo-Lech-Mangfall Klinik Murnau

Psychiatrische Institutsambulanz

Prof.-Küntscher-Straße 8

82418 Murnau am Staffelsee

Telefon | + 49 (0)8841 48-3987

E-Mail | Ambulanz-Murnau.LMK-GAP@kbo.de

Web | kbo-lmk.de