

Therapieangebot

Mein Therapieangebot bezieht sich auf die 4 Säulen der Gesundheit:

Körper:

Ist der Körper aus dem Gleichgewicht, wird durch sanfte Massage die Lebensenergie wieder zum Fließen gebracht.

- Meridianarbeit
- Ohr-Behandlung
- Einwirkung auf Akupunkturpunkte
- Kinder-Tuina
- Mobilisation von blockierten Gelenken
- Farbakupunktur
- Narbenentstörung

Psyche:

Durch lösungsorientiertes Coaching werden seelische und körperliche Blockaden gelöst und es entsteht wieder ein energiegeloses, positives Lebensgefühl.

- Einzelcoaching
- Paarcoaching
- Kindercoaching

Ernährung:

Du bist, was du isst!

- Ganzheitliche Ernährungsberatung kann Erkrankungen und Beschwerden positiv beeinflussen und den Heilungsprozess fördern.

Naturheilkunde:

Die Therapien werden mit naturheilkundlichen Pflanz- und Mineralstoffen begleitet.

- Phytotherapie
- Bachblüten
- Homöopathische Mittel
- Schüsslersalze

Persönlicher Werdegang

Kompetenzen:

- Therapeutin für Alternativ und Komplementärmedizin Schwerpunkt Frauen und Kinder
- Akupunkt-Massage nach Penzel (APM)
- Master Integrierte Lösungsorientierte Psychologie (ILP®)
- ILP® Fachrichtung Kinder und Jugendliche
- Ganzheitliche Ernährungsberaterin

Grundausbildung:

- Dipl. Pflegefachfrau HF
- Nachdiplomstudium Frau und Gesundheit (HöFa1)
- MAS Prävention und Gesundheitsförderung

- Verheiratet und Mutter von 3 Kindern

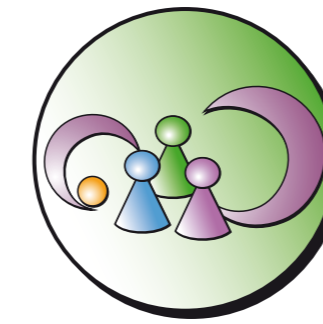


Sonia Stürm

Mitglied:



Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung



Lösungspunkt.

...die Gesundheit im Zentrum

Ganzheitliche Praxis für Frauen und Kinder

Sonia Stürm
Tel. 071 525 21 25

Bahnhofstr. 18
8580 Amriswil

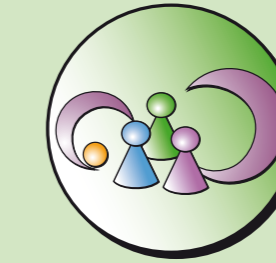
www.loesungspunkt.ch



Lösungspunkt.

...die Gesundheit im Zentrum

Ganzheitliche Praxis für Frauen und Kinder



Akupunkt-Massage nach Penzel

Fühlen Sie sich verspannt und ausgelaugt, plagen Sie immer wieder die alten Leiden? Dann gönnen Sie sich und Ihrem Körper doch mal eine Akupunkt-Massage.

Die Akupunkt-Massage nach Penzel (APM) ist eine der ältesten Meridiantherapien. Sie basiert auf den Regeln der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Akupunkturlehre.

Je nach Befund wird eine entsprechende Auswahl aus den 24 Meridianen mit einem Massagestäbchen aktiviert. Dadurch werden Blockaden im Energiefluss gelöst und die natürliche Balance wird wieder hergestellt.

Diese ganzheitliche Therapiemethode hat einen besonderen Stellenwert bei der Behandlung von funktionellen Störungen der Organe, des Bewegungsapparates, bei vegetativen Störungen und in der Schmerztherapie. Es ist eine sanfte und nebenwirkungsfreie Methode und ist deshalb auch sehr für Kinder, Frauen und ältere Leute geeignet.

Psychologische Beratung

In Ihnen wächst täglich mehr der Wunsch nach Veränderung und Aufbruch, aber Sie wissen nicht, wo Sie ansetzen sollen? Dann begleite ich Sie gerne beim Entdecken Ihrer eigenen Ressourcen!

Die von Dietmar Friedmann entwickelte Integrierte Lösungsorientierte Psychologie (ILP®) basiert auf einer prozessorientierten Persönlichkeitstypologie.

Mit ILP® sind drei Ansätze aus der neueren Psychologie integriert.

- Die Lösungsorientierte Kurzberatung
- Das Tiefenpsychologische NLP
- Die Systemisch-energetische Beratung

ILP® arbeitet konsequent an Lösungen und zielt auf die verborgenen Fähigkeiten und Stärken des Einzelnen und hilft, sie zu aktivieren.

Dies ist eine ganzheitliche Methode, mit der im Coaching sehr genau gearbeitet werden kann und in kurzer Zeit wirksame Lösungen gefunden werden.

Ernährungsberatung

Fühlen Sie sich schlapp oder aufgebläht? Wünschen Sie sich ein paar Pfunde weniger oder machen Ihnen die Hormone zu schaffen?

Die ganzheitliche Ernährung bezieht sich nicht nur einfach auf eine Ernährungsumstellung, sondern beinhaltet auch das Analysieren und Auswerten von Einflussfaktoren auf die Lebensführung und Ihre Gesundheit.

Zusammen werden wir Ihren Bedürfnissen und Vorlieben auf den Grund gehen und nach neuen Verhaltensweisen und Alternativen suchen, die ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden fördern.

Dabei sollen der Spass am Essen und die Freude daran, sich liebevoll zu ernähren, nicht zu kurz kommen. Lassen Sie sich überraschen, wie viel eine bewusste und sanfte Umstellung in Ihnen „bewegen“ kann.

Kinder- und Frauenheilkunde

Kinderheilkunde

„Ein Kinderlachen erhellt die Welt!“
Wir, als Eltern, möchten unsere Kinder fördern und beschützen. In allen Fragen rund um die Kindergesundheit möchte ich Sie gern beraten und Sie mit Ihrem Kind auf dem Weg des Grösserwerdens mit viel Lebensfreude und verschiedenen Naturheilverfahren, wie nadelloser Kinder-Akupunktur, Ernährungstipps oder pflanzlichen Mitteln, begleiten. Besuchen Sie mich mit Ihrem Kind in meiner Praxis.

Frauenheilkunde

Frau zu sein bedeutet heute, stark zu sein, belastbar zu sein und die fast unmögliche Aufgabe Beruf und Familie gleichermaßen zu meistern. Wir sind für alle da, doch für uns nehmen wir uns oft zu wenig Zeit. Durch diesen Stress können typisch weibliche Beschwerden auftreten oder sich verstärken. In meiner Praxis biete ich verschiedene Naturheilmethoden an.

Gönnen Sie sich eine kurze Auszeit und vereinbaren Sie einen Termin.



www.loesungspunkt.ch

