

*Physio- und
Bewegungstherapie*
und Medizinische Massage
in der Clienia Privatklinik Schlössli



Bewegen Erleben Handeln

Wir begleiten und unterstützen Sie während der Dauer Ihres stationären Aufenthaltes auf Ihrem individuellen Weg zu größtmöglicher Selbständigkeit.

Seelische und körperliche Gesundheit stehen in einer engen und vielfältigen Wechselwirkung. Eine Krise oder psychische Erkrankung wirkt sich auf das Selbstemp-

finden und die Fähigkeit aus, den eigenen Anliegen entsprechend in Bewegung zu handeln. Umgekehrt beeinflusst das aktuelle Körper- und Bewegungserleben die Wahrnehmung von sich selbst und der Umwelt. Die Physio- und Bewegungstherapie bietet Methoden an, um körperliche Grundfähigkeiten wie Bewegen, Wahrnehmen, In-Beziehung-Treten und Handeln zu fördern und zu stabilisieren. Abgestimmt auf die ärztliche Indikationsstellung, Ihre persönliche Zielformulierung und Ihre aktuellen Möglichkeiten und Bedürfnisse kommen verschiedene Vorgehensweisen, Techniken und Hilfsmittel zum Einsatz. Ziel ist es, dass Sie Ihre Erfahrungen aus der Therapie anschließend in handelndes Tun in den Alltag übertragen können. Unsere Angebote können als Gruppen- und/oder Einzeltherapien wahrgenommen werden. Zudem sind ambulante Behandlungen möglich.

Methoden, Techniken und Behandlungsangebote

- Bewegungsanalyse (C. Rick)
 - Stockkampf
 - Qi Gong
 - Yoga
 - Tanz und Gymnastik
 - Pilates
 - Ausdauertraining (Nordic Walking)
 - Schmerztherapie
 - Therapeutisches Boxen
 - Kraft- und Fitnesstraining
 - Entspannung (z.B. Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson)
-

Bewegungstherapie

Unser therapeutisches Team bietet eine Vielzahl verschiedener Methoden und Techniken, die auf unterschiedlichen therapeutischen oder pädagogischen Ansätzen beruhen. Über die allgemein wohltuende und gesundheitsfördernde Wirkung von Bewegung, Kräftigung, Entspannung und Wahrnehmung hinaus bezieht Bewegungstherapie im psychiatrisch-psychotherapeutischen Bereich die Ebene des persönlichen Erlebens und der Beziehung mit ein. Wo der Zugang über die Sprache beeinträchtigt ist, kann sie eine wichtige Ergänzung anbieten. Die bewegungstherapeutischen Interventionen zielen auf die psychische Integration von Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln ab.

Physiotherapie

Die klassische Physiotherapie konzentriert sich auf die Abklärung und Behandlung somatischer Befunde. Sie wendet die herkömmlichen physikalischen und körper- bzw. bewegungsfunktionalen Behandlungsmassnahmen zum Beispiel für rheumatologische, neurologische und orthopädische Probleme an. Dazu gehören: Mobilisation eingeschränkter Gelenke, Kräftigung geschwächter Muskulatur, Gang- und Gleichgewichtsschulung, Atemtherapie und Lymphdrainage. Die Interventionsformen reichen von der Anleitung zu aktiven Übungen bis zu passiven Mobilisationen und Massagen.



Unser Haus verfügt über einen Kraft- und Fitnessraum.

Kraft- und Fitnessraum und ambulante Therapie

Bei entsprechenden Voraussetzungen können die Kraft- und Ausdauergeräte im S 1 individuell genutzt werden. Bedingungen und Nutzungsmöglichkeiten erfahren Sie von uns oder dem Stationspersonal. Physio- und bewegungstherapeutische Einzelbehandlungen sowie die Teilnahme an stationsübergreifenden Gruppenangeboten der Klinik sind in Einzelfällen auch nach dem stationären Aufenthalt möglich.

Physiotherapeutisches Behandlungsangebot

- Muskeldehnung und -Kräftigung
 - TENS und Ultraschall
 - Triggerpunktmassage
 - Manuelle Therapie
 - Wärme- und Kälteanwendungen
 - Manuelle Lymphdrainage
 - Craniosacral-Therapie
 - Fussreflexzonenmassage
-

Weitere Angebote

Anmeldung

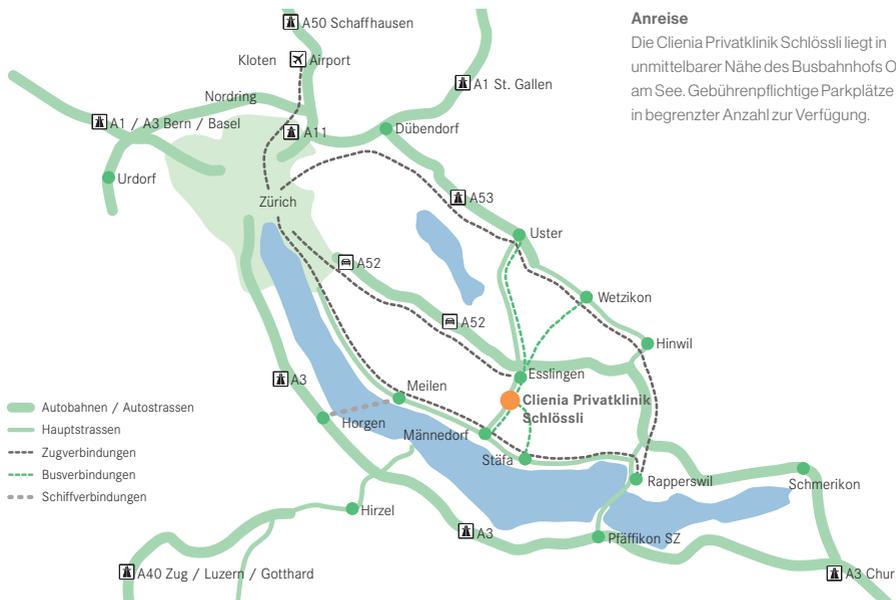
Medizinische Massage

Mit Hilfe spezifischer Techniken wie Triggerpunktbehandlung, Breussmassage, Akupunkt- und Ohrakupunktmassage und Dorntherapie werden Schmerzsymptome am Bewegungsapparat behoben oder gelindert. Zudem haben einzelne Massageformen Auswirkungen auf das vegetative Nervensystem. Unterstützend können Anwendungen der Aromatherapie einbezogen werden. Für Privat- und Zusatzversicherte ist die Medizinische Massage kostenlos.

Anmeldung, Auskünfte und Erreichbarkeit

Die Verordnung zur Physio- und Bewegungstherapie oder Medizinischen Massage erfolgt durch Ihren Arzt, Ihre Ärztin oder durch den Psychologen oder die Psychologin. Bei Fragen und für weitere Auskünfte wenden Sie sich an die Zentrale Physio- und Bewegungstherapie, S-Haus, S 170, Direktwahl 044 929 82 63 oder E-Mail bewegungsteam@clienia.ch. Wir sind von Montag bis Freitag für Sie da.





Clenia Schlössli AG

Privatlinik für Psychiatrie
und Psychotherapie

Schlösslistrasse 8

CH-8618 Oetwil am See

Telefon +41 44 929 81 11

Fax +41 44 929 84 44

info.schloessli@clenia.ch

www.clenia.ch

Clenia-Institutionen

Privatlinik Littenheid | Privatlinik Schlössli | Bergheim | Psychiatriezentrum Frauenfeld |
Psychiatriezentrum Männedorf | Psychiatriezentrum Sirnach | Psychiatriezentrum Uster |
Psychiatriezentrum Wetzikon | Gruppenpraxen Dietikon, Winterthur und Zürich | Ambulatorium
für Kinder und Jugendliche Winterthur | ZKJF Zentren für Kind, Jugend, Familie Amriswil,
Frauenfeld und Kreuzlingen

