

**Craniosacral Therapie** Nicole Moser

# Craniosacral Therapie

Der Begriff Craniosacral wird von Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) hergeleitet, welche mit der Hirn- und Rückenmarkshaut eine bewegliche Funktionseinheit bilden.  
In diesem System fliesst die Gehirn- und Rückenmarkflüssigkeit und pulsiert in verschiedenen Rhythmen. Diese gezeitenartigen Bewegungen übertragen sich vom Craniosacralen System auf alle Strukturen im Körper.  
Körperliche und emotionale Traumen können Veränderungen in diesem System bewirken, welche Beschwerden hervorrufen.  
Die Qualität der Bewegungen und das Verständnis, wie sich der Körper ausdrückt, liefern diagnostische und therapeutische Hinweise.  
Mit feinen Impulsen und dem sanften Erspüren der Qualität der Craniosacralen Bewegungen wird die Eigenregulierung des Körpers aktiviert und tiefe Entspannung ermöglicht.  
Craniosacral Therapie unterstützt die Gesundheit im Menschen und bietet Raum und Zeit für körperliche und psychische Prozesse.



© Dominique Degranges

## Indikationen

- Rehabilitation nach Unfällen und Krankheiten
- Schleudertrauma
- Rücken- und Gelenkbeschwerden
- Chronische Kopfschmerzen
- Migräne
- Nervöse Beschwerden
- Erschöpfungszustände
- Schwangerschaft
- Geburtstraumata

Eine Therapiesitzung findet in bequemer Kleidung auf der Massageliege oder im Sitzen statt.  
Diese Methode ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet.

## Zu meiner Person

- Diplomierte Pflegefachfrau, Berufsschule für Pflege Baselland
- Langjährige Erfahrung in der Pflege und Betreuung von Menschen mit Hirn- und Rückenmarksverletzungen und Lungenerkrankungen.
- Craniosacral-Therapeutin, Institut für ganzheitliche Energiearbeit in Zürich
- Seit 2006 als Craniosacral-Therapeutin in eigener Praxis tätig.
- Mitglied Berufsverband Cranio Suisse
- Krankenkassenanerkennung  
(Bitte klären Sie die Frage der Kostenübernahme mit Ihrer Krankenkasse)

## Kontakt

**[www.zeit-für-sich.ch](http://www.zeit-für-sich.ch), [cranio@zeit-für-sich.ch](mailto:cranio@zeit-für-sich.ch), +41 79 860 81 80**  
**Termin nach Vereinbarung, Raum Gelterkinden und Basel**