

„Es atmet der Mensch –  
nicht das Zwerchfell,  
nicht die Lunge,  
nicht der Bauch!  
Es atmet der Mensch.“

Karlfried Graf Dürckheim



## **ATEMTHERAPIE**

**meint immer den ganzen Menschen.**

**Sie wirkt ausgleichend und positiv**

- auf körperliches Befinden und Funktionen:  
Atmung, Herz und Kreislauf, Verdauung,  
Linderung von Schmerzen.
- auf seelisches Befinden:  
Ängste, Unruhezustände, lösend bei inneren  
Spannungen.
- auf den Geist und die Stimmung:  
gibt mehr Erdung, mehr Leichtigkeit, Wohlbefinden.
- Auch wenn der Lebensweg zu Ende geht, kann  
eine atemoriente Begleitung sehr hilfreich sein.



## Atem- und Körperbehandlungen ermöglichen Ihnen:

- ein freundliches Annehmen von sich selbst
- ein besseres Wahrnehmen und Umgehen mit eigenen Körpergefühlen und Emotionen
- ein Wahrnehmen und Spüren von dem, was im Augenblick da ist
- wieder mehr sich selbst zu vertrauen und sich darüber neu aufzurichten
- einfach wieder durchzuatmen.

Die Atem-Behandlungen finden nach Absprache bei Ihnen zu Hause statt. Eine Reihe von 5-10 Behandlungen ist sinnvoll, aber nicht zwingend. Das Angebot ist spendenfinanziert und für unsere Patienten kostenfrei.



### **CHRISTINE HEIDENREICH**

Krankenschwester,  
Atem-u. Körperpädagogin (BV-ATEM)

T: 0861 909612-135

E: [christine.heidenreich@netzwerk-hospiz.de](mailto:christine.heidenreich@netzwerk-hospiz.de)

### **NETZWERK HOSPIZ -**

**Verein für Hospizarbeit und Palliativbetreuung Südostbayern e.V.**  
**NETZWERK HOSPIZ Südostbayern gGmbH**

Schloßstraße 15a | 83278 Traunstein

T 0861 909612-0

T 0861 909612-100 (Palliativteam)

F 0861 909612-200

E [info@netzwerk-hospiz.de](mailto:info@netzwerk-hospiz.de)

[www.netzwerk-hospiz.de](http://www.netzwerk-hospiz.de)

