

Raum und Zeit für dich



**Gesundheitspraxis Zentral**  
Ganzheitlich - Inspirierend - Tiefgründig



**Gesundheitspraxis Zentral**  
Ganzheitlich - Inspirierend - Tiefgründig

**Lisa Wismer-Jud**

Lisa Wismer-Jud  
Zentralstrasse 6 | 6030 Ebikon  
Brunnenweid 29 | 5643 Sins

Handy: +41 79 545 82 60

[info@gesundheitspraxiszentral.ch](mailto:info@gesundheitspraxiszentral.ch)  
[www.gesundheitspraxiszentral.ch](http://www.gesundheitspraxiszentral.ch)





## Über mich

Mit viel persönlichem Engagement und Freude übe ich seit bald 20 Jahren meine Herzensberufung als KomplementärTherapeutin aus. Gerne begleite und unterstütze ich dich auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden, besserer Lebensqualität und bei der Verarbeitung deiner individuellen Beschwerden und Anliegen. Bist du bereit deinen nächsten Schritt zu gehen? Ich freue mich auf dich.

## Ausbildungen

- ★ Eidg. dipl. KomplementärTherapeutin  
Methode Craniosacral Therapie
- ★ Trauma- und Aromatherapeutin
- ★ Energiearbeit nach Rosa Rechtsteiner
- ★ Dipl. Pflegefachfrau HF

## Krankenkassen anerkannt

Ich bin EMR-, ASCA-, EGK- und VISANA- anerkannte Therapeutin. Die Behandlungskosten werden über die Zusatzversicherung von den meisten Krankenkassen rückvergütet.

## Behandlungsmethoden

### Craniosacral Therapie

Diese einfühlsame, sanfte und ganzheitliche Körpertherapie aktiviert mit feinsten Impulsen die Selbstheilungskräfte und bringt den Organismus in sein inneres Gleichgewicht. Blockaden können sich lösen und Asymmetrien ausgleichen. Die Therapie wirkt beruhigend auf das Nervensystem, stärkt das Immunsystem und reguliert die Stoffwechselfunktionen. Auf achtsame Weise wird eine regenerierende Stille und Entspannung eingeleitet. Dieses Loslassen auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene ist die Basis, damit Heilung geschehen kann.

### Trauma- und Aromatherapie

Mit dieser ressourcen- und zielorientierten Methode biete ich eine sehr effiziente, und tiefgreifend nachhaltige Therapie an. Dabei unterstütze ich dich, negative Erlebnisse, Schockzustände und traumatische Ereignisse zu verarbeiten. Du kannst lernen, dein Leben voller Selbstvertrauen, Eigenbestimmung und Freiheit zu geniessen.

### Energiearbeit

Negative Glaubenssätze und einschränkende Verhaltensmuster können uns daran hindern, in den Lebensbereichen Gesundheit, Partnerschaft, Familie, Beruf, Schule und Finanzen unsere Ziele zu erreichen. Mit individuell auf dich abgestimmten Techniken begleite ich dich auf deinem Weg zu einem glücklichen Leben.

---

Zu wissen, was du loslassen sollst, ist Weisheit.

Es auch zu tun, ist Mut.

Wenn du dabei den Kopf oben behältst, ist es Würde.

---

## Anwendungsbereiche

### Erwachsene

- ★ Schwangerschaftsbegleitung
- ★ Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus
- ★ Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen
- ★ Chronische Schmerzen
- ★ Stress- und Erschöpfungszustände
- ★ Schlafstörungen, Depressionen und Burnout
- ★ Belastende Lebenssituationen
- ★ Trauerprozess und Trauerverarbeitung
- ★ Rehabilitation nach Krankheit, Unfall, Operation, Schockerlebnis
- ★ Regulation des Nerven-, Drüsen-, Hormon- und Lymphsystems
- ★ Unterstützung der Organfunktion und des Bewegungsapparates
- ★ Stärkung des Immunsystems
- ★ Prävention für innere Ausgeglichenheit
- ★ Persönliche Weiterentwicklung
- ★ Gedanken- und Verhaltensmuster optimieren und vieles weiteres mehr

### Kinder

- ★ Verarbeitung der Geburtsthematik
- ★ Lernschwierigkeiten und Konzentrationsstörungen
- ★ Hyperaktivität und Entwicklungsverzögerungen
- ★ Während kieferorthopädischen Behandlungen

### Babies

- ★ Verarbeitung der Geburt
- ★ Häufiges Weinen
- ★ Dreimonatskoliken
- ★ Unruhe

