

tsubo - ein Ort der Ruhe und Geborgenheit Wie geht's eigentlich Ihrem Chi?

In der Traditionellen Chinesischen Medizin spielt das Chi, Qi oder auch Ki eine zentrale Rolle. Sie bezeichnet die Lebensenergie, die in uns allen steckt. Seit Tausenden Jahren ist das Chi die Grundlage vieler bewährter Behandlungsmethoden wie Akupressur, Akupunktur, Shiatsu, Tai Chi, Qi-Gong oder Do-In.

Das Chi fließt, wie das Wasser in einem Fluss, in bestimmten Bahnen durch unseren Körper. Diese Bahnen werden Meridiane genannt. Wird dieser Energiefluss gestört, kann es Beschwerden und Krankheiten verursachen. Zu viel oder zu wenig Chi kann genauso Probleme bereiten, wie zu viel Wasser zu Hochwasser führt oder zu wenig Wasser die Ernte verdirbt. Um uns glücklich und gesund zu fühlen, benötigen wir die richtige Menge an frei fließendem Chi in unserem Körper.

In Woltersdorf haben Sie seit Anfang diesen Jahres die Möglichkeit, Ihr Chi in die Balance zu bringen. "tsubo", benannt nach den Akupressurpunkten, nennt sich dieser Ort der Ruhe und Geborgenheit.

tsubo bietet Ihnen eine Vielzahl besonderer Kurse und Behandlungen um Ihre Lebensenergie wieder ins Gleichgewicht zu bringen, Blockaden zu lösen und Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden den richtigen Kick zu geben. Shiatsu-Fingerdruck Massagen, Chi Machine Behandlungen, Qi-Gong- und Do-In-Übungen tun speziell etwas für Ihr Chi.

Warum nicht einmal eine entspannende Aromamassage oder Reiki-Behandlung ausprobieren? Strecken Sie Ihren Rücken auf der wirkungsvollen Inversionsliege oder aalen Sie sich in der Wärme der sehr angenehmen Fern-Infrarot Strahlung des Total Health Spa's! Außerdem bietet tsubo Babymassage-Kurse, Trageberatung, PEKIP, saisonales Vollwertkochen, Kochen während Schwangerschaft und Stillzeit, aber auch Englisch-Sprachkurse und einiges mehr. Viele der Angebote sind ideal als Wohlfühl-Gutschein zu verschenken.

Die PraktikerInnen sind qualifiziert und erfahren und geben ihr bestes, um Ihren Aufenthalt so entspannt und angenehm wie möglich zu gestalten.

"tsubo gibt Ihnen Zeit und Raum für sich selbst. Unser Anliegen ist es, Ihre Fähigkeiten sich und anderen Gutes zu tun, zu erweitern und zu verfeinern" meint Dr. phil. Zoë Pirie. Die aus England stammende Shiatsu-Praktikerin lebt hier mit ihren beiden Kindern und ihrem Mann - waschechter Woltersdorfer und Koch für Vollwert- und Biokost.

Übrigens, wussten Sie, dass die Traditionelle Chinesische Medizin auf Vorbeugung zielt? Der Mediziner bekam sein Geld nur, wenn der Mensch gesund war. Es lohnt sich etwas für Ihr Chi zu tun!

Wenn Sie mehr über die Angebote und Inhalte der zahlreichen Kurse und Behandlungen erfahren möchten, besuchen Sie tsubo auf dem Gesundheitstag am 22.4.07 in der Stadthalle Erkner oder im Internet unter www.tsubo-balance.de!




tsubo
Körper Geist Seele
Behandlungen & Kurse

Kostenlose Schnupper-Kurse
Anmeldung & Infos: www.tsubo-balance.de
E & J Rosenbergstraße 21 · 15569 Woltersdorf
Dr. phil. Zoë Pirie · Tel. 03362 - 2 88 25

Ellen Ueberschär praktiziert seit einem Jahr in Erkner Entspannung beginnt im Wartezimmer

(ES) Mitten im Wartezimmer der Allgemeinärztin Ellen Ueberschär steht ein riesiges Aquarium mit einer Wasserschildkröte. Sie plautzt mit ihren dicken Panzer an die Scheiben. „Diese Schildkröte hatte ich schon in meiner Praxis in Eisenhüttenstadt. Ich finde es nicht gut, wenn sich Patienten im Wartezimmer direkt ansehen müssen. Das Aquarium in der Mitte lenkt ab und beruhigt die Wartenden“, sagt Ellen Ueberschär. Sie hat im Januar 2006 die Praxis im Ärztehaus an der Karl-Tietz-Straße übernommen hat. „Frau Bock ging in den Ruhestand und ich suchte eine Praxis am Rande der Großstadt. Erkner hat mir immer gefallen. Die Stadt ist übersichtlich, hat gute Einkaufsmöglichkeiten, wunderbare Seen und Wälder. Der Autobahnanschluss ist gut und schnell ist man auch in Berlin“, schwärmt die in Bernau geborene 47-jährige.

Zur Zeit wohnt die Mutter von zwei erwachsenen Söhnen noch mit Partner und zwei Katzen in Bohnsdorf. Das soll sich demnächst ändern. Ellen Ueberschär sucht ein Grundstück in Erkner. Hier ein Haus mit Garten, das ist ihr Traum, denn der lange Arbeitsweg würde wegfallen und bei der Zucht und Pflege exotischer Blumen kann sie entspannen.

Entspannung ist dringend notwendig, denn Ellen Ueberschär und ihr kleines Praxisteam haben viel Arbeit. In die Sprechstunden kommen

Patienten vom Kind bis zum Greis. Manchmal, wenn so wie jetzt eine Grippewelle durch das Land läuft, kann es schon mal zu Wartezeiten kommen. Die Ärztin untersucht gründlich und nimmt sich Zeit für jeden Einzelnen. Als Allgemeinmedizinerin muss Ellen Ueberschär eine erste Diagnose für Krankheiten vom Scheitel bis zum Zeh stellen. Sie entscheidet, welche Behandlung sie selbst durchführen kann und wann welcher Spezialist konsultiert werden sollte. Bei chronischen Krankheiten, wird die Hausärztin zur Koordinatorin des komplexen Behandlungsprogramms.



Ärztin Ellen Ueberschär nimmt sich Zeit für ihre Patienten

„Als Hausarzt kenne ich meine Patienten und kann sagen, welche Leiden körperliche und welche seelische Ursachen haben. Mir ist aufgefallen, dass in den letzten Jahren psychische Erkrankungen enorm zugenommen haben“, sagt die Fachärztin, die in der Praxis auch Chirotherapie anbietet. Früher sagte man Rucksen zu dieser manuellen Therapie. Sie dient dazu, die Wirbelsäule oder Gelenke wieder in ihre ursprüngliche Lage zu bekommen.

Neben den Sprechstunden, in denen auch Vorsorgebehandlungen, und Impfungen aller Art durchgeführt werden, hat Ellen Ueberschär viele vor allem ältere Patienten, die sie zu Hause aufsuchen muss. „Demnächst wird unser Vermieter, die Wohnungsgesellschaft Erkner, einen Fahrstuhl in das Ärztehaus einbauen. Das wird mich hoffentlich von so manchen Hausbesuch entlasten“, hofft nicht nur Ellen Ueberschär.

Sprechstunden und Hausbesuche gehören zum Arztberuf wie Stethoskop und Blutdruckmessgerät. In den letzten Jahren ist der Computer zu einem unersetzlichen Arbeitsinstrument geworden. „Er erleichtert die Arbeit ungeheuer. Hier kann ich nachschauen, welches Medikament welchen Wirkstoff enthält. Leider muss ich darüber hinaus viel Zeit am Computer verbringen, um zum Teil unnötige bürokratische Arbeiten zu erledigen. Davon hat uns auch die Gesundheitsreform nicht entlastet, im Gegenteil“, sagt Ellen Ueberschär.