

Vision

Die Gesundheit unseres Körpers hängt erfahrungsgemäß von seiner Fähigkeit ab, verschiedene Einflußfaktoren ausgleichen zu können und so das Fließgleichgewicht zu erhalten.

Nach meiner Auffassung ist der Mensch jedoch nicht nur ein Körper, sondern ein komplexes Wesen mit Körper, Geist und Seele, d.h. unsere Seele und unser Geist drücken sich durch unseren Körper aus.

Deshalb arbeite ich in meiner Praxis ganzheitlich. Die von mir angebotenen Therapien berücksichtigen sowohl Körper als auch Geist und Seele des Menschen.



Janina Bothe
Heilpraktikerin



Zur Person

Mein Name ist Janina Bothe. Ich bin 1968 in Berlin geboren, verheiratet und habe zwei Kinder.

In meiner Praxis für Naturheilkunde bin ich seit dem Jahr 2000 tätig.

Meine therapeutischen Schwerpunkte liegen zum einen in der manuellen Therapie (Fußreflexzonen-therapie, Wirbel-therapie nach Dorn, Cranio-Sacrale Osteopathie) und zum anderen in der Homöopathie.

Meditationen unterstützen die therapeutische Arbeit. Sie ermöglichen eine Entspannung und fördern dadurch den Heilungsprozess.

Janina Bothe
Heilpraktikerin

Sprechzeiten:

nach telefonischer Vereinbarung

Malteserstraße 105 - 12249 Berlin

Fon 0 30/ 89 50 36 20

<http://www.hpbothe.de>

Fußreflexzonen-therapie

Wirbel-therapie nach Dorn

Cranio-Sacrale Osteopathie

Homöopathie

Meditation / Entspannung-therapie

Fußreflexzonen­therapie

Bei der Fußreflexzonen­therapie werden gezielt verschiedene Zonen an den Füßen massiert. Schon vor vielen Jahren war in verschiedenen Kulturkreisen eine Behandlung über Druckpunkte an den Füßen bekannt.

Die von mir angewandte Form der Fußreflexzonen­therapie ermöglicht durch die Massage spezieller Punkte am Fuß sowohl eine gezielte Behandlung der Organe, als auch der Nerven und Muskeln.

Die Fußreflexzonen­therapie stammt aus dem Bereich der Alternativmedizin und wird von der Schulmedizin bisher nicht ausreichend anerkannt.

Aus meiner Sicht wird durch die Fußreflexzonen­therapie der gesamte Körper unterstützt und kann eine neue Balance finden. Da das Nervensystem mitbehandelt wird, wirkt diese Therapie meiner Meinung nach sehr tiefgehend und ermöglicht auch eine gute Wirksamkeit ggf. verordneter Medikamente.

Wirbel­therapie nach Dorn

Die Wirbel- und Gelenk­therapie nach Dieter Dorn* versteht sich als sanfte Wirbel­therapie, bei der die Wiedereinrichtung fehlstehender Wirbel und Gelenke unter Mithilfe des Patienten erfolgt.

Die Wirbel­therapie nach Dorn stammt ebenfalls aus dem Bereich der Alternativmedizin und wird von der Schulmedizin bisher nicht ausreichend anerkannt.

Aus meiner Sicht ermöglicht die Wirbel­therapie nach Dorn sowohl die Einrichtung fehlstehender Wirbel oder Gelenke, als auch die Wiederherstellung einer harmonischen Haltung der gesamten Wirbelsäule vom Steißbein bis zum Atlas (1. Halswirbel).

*) Die Nennung des Namens "Dieter Dorn" erfolgt hier ausschließlich zur Differenzierung dieser Therapie von anderen ähnlichen Therapieformen.

Cranio-Sacrale Osteopathie

Die Cranio-Sacrale Osteopathie ist eine Behandlungsmethode, die aus der osteopathischen Arbeit heraus entstanden ist und bis heute als Teil der Osteopathie verstanden wird.

Es ist eine sehr sanfte Behandlungsform, bei der schwerpunktmäßig im Bereich des Schädels (Cranium) und im Bereich des Kreuzbeins (Sacrum) behandelt wird. Durch sanfte Berührungen werden sowohl die knöchernen Strukturen wie Schädel, Wirbelsäule oder Kreuzbein (und Hüfte), als auch die Hirnhäute behandelt.

Die Cranio-Sacrale Osteopathie wird zu den Verfahren der Alternativmedizin gezählt, die bisher schulmedizinisch noch nicht anerkannt sind.

Aus meiner Sicht können durch die Cranio-Sacrale Osteopathie sowohl Blockaden der knöchernen Strukturen (Schädel, Wirbelsäule, Kreuzbein und Hüfte), als auch Verspannungen erfolgreich behandelt werden, der Körper entspannt sich und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Meditation

Unter Meditation wird verstanden, einen Zustand tiefer Entspannung und innerer Zentriertheit herzustellen, d.h. in der "eigenen Mitte" anzukommen.

Die Meditation als Entspannungstherapie gehört ebenfalls zu den Verfahren der Alternativmedizin, die schulmedizinisch noch nicht anerkannt sind.

Aus meiner Sicht können sich durch regelmäßige Meditationen unsere Selbstheilungskräfte in neuer Weise entfalten und dadurch Heilungsprozesse unterstützen, Prozesse unserer Seele können sich zeigen und verarbeitet werden, und so öffnet sich der Weg zu unserer inneren Ruhe und tiefem Frieden.

Homöopathie

Homöopathische Mittel werden aus Substanzen pflanzlichen, mineralischen, metallischen oder tierischen Ursprungs hergestellt und in potenziertes, d.h. verdünntes und verschütteltes Form verabreicht.

Die Mittel ermöglichen sowohl die Behandlung akuter Beschwerden als auch eine tiefgehende Behandlung chronischer Erkrankungen.

Die Homöopathie gehört zu den Verfahren der Alternativmedizin, die schulmedizinisch noch nicht ausreichend anerkannt sind.

Meiner Ansicht nach ist die Homöopathie eine sehr wirksame Heilmethode, die den Patienten als Ganzes betrachtet und behandelt, da sie die Selbstheilungskräfte anregt und dem Körper hilft, sein natürliches Gleichgewicht wieder herzustellen.

Veranstaltungen

Aktuelle Kurstermine zu den beschriebenen Schwerpunkten sind im jeweils gültigen Kurs-Programm der evangelischen Familienbildung aufgeführt:

- Erste Hilfe über die Füße - die Fußreflexzonen­massage, für Eltern und andere Interessierte
- Homöopathie & Co. - die natürliche Hausapotheke, für Eltern und andere Interessierte
- Innere Ruhe durch Meditation - Innere Ruhe durch Meditation - offene Gruppe, jeden 4. Mittwoch im Monat (Juli Sommerpause, Dezember Winterpause)