



Schweizer  
Paraplegiker  
Zentrum

Centre  
suisse de  
paraplégiques

Centro  
svizzero per  
paraplegici

Swiss  
Paraplegic  
Centre

## Feldenkreis

### Unser Aufgabenbereich

Funktionale Verbesserung und Koordination der Bewegungszusammenhänge bei Erkrankungen oder Verletzungen des zentralen Nervensystems sowie des Bewegungsapparates und deren Folgeerscheinungen wie: Querschnittlähmung, Multiple Sklerose, Schleudertrauma, chronische Schmerzzustände

- Verbesserte Atmung
- Reduktion von Schmerz und Verspannung
- Stabilität
- Sich zunehmend als Ganzheit erleben und dadurch mehr Selbstvertrauen gewinnen
- Aktivierung ungenutzter Ressourcen - dies ganz speziell bei inkomplett gelähmten Patienten

### Über uns

Unser Team besteht aus drei Personen, welche Ausbildungen in Feldenkrais, Somatic Experience, Trauma Arbeit nach Peter Levine, T-Touch for you®, systemische Aufstellung, Focusing haben.

### Sprachen

Deutsch, Italienisch, Französisch, Englisch

### Setting

Einzelunterricht und Gruppenunterricht

### Unterstützt durch die Krankenkassen

Für ambulante Patientinnen/Patienten über die Zusatzversicherung der Krankenkasse, mit ärztlicher Verordnung.

### Kontakt

Schweizer Paraplegiker-Zentrum  
Sekretariat Beratungsdienste  
Guido A. Zäch Strasse 1  
6207 Nottwil

T +41 41 939 58 20 (Sekretariat)

F +41 41 939 58 47

[beratung.spz@paranet.ch](mailto:beratung.spz@paranet.ch)

[www.paranet.ch](http://www.paranet.ch)

### Öffnungszeiten Sekretariat

Mo-Fr 08.00 - 12.00 Uhr / 13.00 - 17.00 Uhr