

Unser Kinesiolog*innen-Netzwerk

- **informiert und erzählt von großen und kleinen Erfolgen**
von den vielen kleinen Schritten, die benötigt werden, Prozesse in Gang zu setzen und durchzugehen.
- **macht Mut**
dranzubleiben, weiterzumachen, um das eigene Leben authentisch zu leben.
- **zeigt neue Blickwinkel auf**
ermöglicht neue Ansätze, sein Wohlbefinden positiv zu beeinflussen.
- **macht bewusst**
dass es sich lohnt, für die eigene Gesundheit auf vielen Ebenen zu arbeiten.
- **unterstützt**
im persönlichen Rahmen



Eva Liebmann
Graz
0664/23 77 075



Natascha Krainer
Bad Schwanberg
0664/166 38 71



Silke Doppelreiter
Mürzzuschlag
0664/53 229 27



Maria Baumgartner
Gratwein-Straßengel
0676/74 298 33



Nicole Bernhauser
Judenburg
0664/187 35 87



DI (FH) Esther Engele
Graz
0699/17 117 01



Mag. Christian Dillinger
Graz
0676/523 72 65



Irene Herz
Gleisdorf
0664/73 88 22 22



Renate Jantschitsch
Dobl-Zwaring
0664/650 79 47



Andrea Walcher, MSc
Gleisdorf
0677/64 16 96 27



Mag. Elisabeth Kenda
Graz
0676/43 80 771

Kinesiologie leben
STEIERMARK



Wer körperlich und geistig fit bleibt,
erhält lange seine Selbständigkeit im Alltag.

Mehr Infos auf
www.kinesiologieleben.info





Angehörige betroffener Menschen

Die Herausforderung um die Krankheit Demenz betrifft meist die ganze Familie.

Deswegen ist es auch für alle Angehörigen und Freunde wichtig, in ihrer Kraft zu bleiben.

Auch Sie können sich kinesiologisch dabei unterstützen.

Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen

Für betroffene Menschen bedeuten kognitive Einschränkungen viele Hürden im Alltag. Der richtige Zugang zur Krankheit ist dabei eine große Hilfe, trotzdem eine schöne Zeit zu haben.

Kinesiologische Methoden bieten eine großartige Unterstützung zur Selbsthilfe, aber auch begleitend durch professionelle KinesiologInnen.

Kinesiologische Methoden und Techniken

- begünstigen unsere **Autonomie**, um mit der schnelllebigen Welt besser Schritt halten zu können
- fördern **Feinmotorik** und **motorische Koordination** und wirken als **Sturzprävention**
- regen unsere Selbstheilungskräfte an
- stabilisieren unsere körperliche, geistige und seelische **Beweglichkeit**
- dienen der Weiterentwicklung unserer Persönlichkeit
- machen unsere versteckten Potenziale sichtbar
- ersetzen keine ärztliche Behandlung, unterstützen diese aber umfassend

Mehr Infos auf
www.kinesiologieleben.info