

# Der Vagusnerv und seine Auswirkung auf unser Leben

(für Therapeut:innen und Patient:innen)

**Kursdatum:** Freitage: 07.02., 14.02., und 07.03.2025

**Uhrzeit:** 17 bis 20.00 Uhr

**Kosten:** 325 Fr.

**Wo:** Im Kursraum unserer TCM Praxis

**Kursleitung:** Gisela Bucher

**Anmeldung:** E-Mail: [tcmpraxis.gb@gmail.com](mailto:tcmpraxis.gb@gmail.com)  
oder Tel. 041 448 22 27

Dieser Kurs ist vom *TCM Fachverband Schweiz* und dem *Naturärzte Verband Schweiz* als Weiterbildungskurs für Heilpraktiker:innen und Therapeut:innen anerkannt.



Gisela Bucher ist Heilpraktikerin für TCM, Meditationslehrerin, ehem. Primarlehrerin, Inhaberin der Praxis und Buchautorin

# Der **Vagusnerv** und seine **Auswirkung** auf unser **Leben**

3 Freitage ab dem  
**07.02.25**

Bluthochdruck  
wird gesenkt

**Atmung wird positiv reguliert**

Nervosität nimmt ab

**Entspannungszustand  
wird aktiviert**

Verdauung wird angeregt

**Immunsystem wird gestärkt**

chronische Schmerzen  
können nachlassen



Praxis für TCM und Naturheilkunde  
Seetalstrasse2, 6274 Eschenbach

## Was Sie in diesem Kurs lernen können:

- Praktische Übungen zur Entspannung Ihres Nervensystems und zur Stressreduktion in Ihrem (Praxis-)Alltag.
- Ihr Schmerzempfinden positiv zu beeinflussen.
- Fachwissen über die Ursachen von Bluthochdruck, Muskelverspannungen und Nervösität.
- Medizinisches Fachwissen und praktische Übungen zur Vagusnerv Stimulation für therapiebegleitende Kurse und Angebote für die eigenen Patienten.
- Fachwissen von evidenzbasierten Achtsamkeits- und Meditationsübungen zur Ergänzung.

## Was dieser Kurs nicht ist:

Dieser Kurs ist kein Ersatz für eine Psychotherapie und/oder für eine medizinische Behandlung. Bei schweren physischen und/oder psychischen Beschwerden wenden Sie sich bitte zunächst an Ihren Hausarzt.



Vagusnerv-  
Stimulation  
ist wirksam.

Lernen Sie Methoden und Techniken zur manuellen Stimulation des Vagusnervs als therapiebegleitende Behandlungsmethode. So können Sie für sich selbst und ggf. für Ihre Patienten schnelle und effektive Übungen zur nachhaltigen Stressreduktion und Beruhigung des Nervensystems in Ihrem eigenen (Praxis-)Alltag durchführen. Durch die einfache Umsetzung und die effektive Wirkung auf Ihr Nervensystem, können Entspannungszustände und das Wohlbefinden nachhaltig gefördert werden.

**Machen Sie über folgenden QR-Code mit unserer pdf.- Übersicht einen einfachen Selbsttest, wie sehr Ihr Nervensystem angespannt oder entspannt ist:**

