

Neueröffnung in Matten: Komplementärpraxis Bärghärz bringt frischen Wind in die Gesundheitslandschaft

Matten (St. Stephan) – Mit einem klaren Fokus auf ganzheitliche Gesundheit hat in Matten die neue Komplementärpraxis Bärghärz ihre Türen geöffnet. Die Praxis versteht sich als Ort der Ruhe, Heilung und Begegnung – getragen von einem tiefen Verständnis für Körper, Geist und Seele.

Hinter der Praxis stehen zwei engagierte Inhaberinnen: Yvonne Schütz, die mit ihren zertifizierten Therapie-Methoden und einem EMR-Qualitätslabel für hohe Standards in der komplementärmedizinischen Behandlung sorgt, sowie Nicole Schläppi, Gründerin von Gedankenpuzzle.ch. Zu den angebotenen Therapien von Yvonne gehören unter anderem APM-Therapie, therapeutische Massage, klassische Massage, Fußreflexzonen-Massage und Lymphdrainage. Nicole bietet Mentaltraining, Coaching, Hypnose und Erholung durch Autogenes Training an.

„Unsere Praxis steht für eine individuelle, ganzheitliche Begleitung. Wir bieten unseren Klienten eine Vielzahl an Methoden, die die Schulmedizin sinnvoll ergänzen“, erklärt Yvonne Schütz.

Im Rahmen der Eröffnungsfeier gab es einen besonderen Programmpunkt: Gastrednerin Barbara Fuchs, eine erfahrene Therapeutin im Bereich der APM-Therapie (Akupunkturmassage-Therapie), sprach über die Bedeutung und Wirksamkeit dieser sanften Therapiemethode. Die APM-Therapie ist eine sanfte Akupunkturbehandlung ohne Nadeln, die östliche Gesundheitslehren mit westlichen Techniken verbindet. Sie kombiniert klassische chinesische Medizin mit westlichen manualtherapeutischen Methoden. Dabei wird Gesundheit ganzheitlich betrachtet – als subjektives Erleben und Wohlbefinden. „Die APM-Therapie ist ein hervorragendes Mittel, um Blockaden zu lösen und das energetische Gleichgewicht wiederherzustellen“, erklärte Fuchs in ihrem Vortrag. Sie hob hervor, dass diese Therapie besonders bei chronischen wie aber auch bei akuten Beschwerden und Stressabbau effektiv sei und die Lebensqualität nachhaltig verbessern könne.

Nicole Schläppi von Gedankenpuzzle.ch teilte ihre persönliche Reise, die sie ursprünglich über ihre Leidenschaft für Volleyball zum Mentaltraining geführt hat. „Im Sport habe ich gelernt, wie wichtig die mentale Stärke für den Erfolg ist“, erklärte Schläppi. Diese Erkenntnis motivierte sie, sich intensiv mit Mentaltraining und Coaching auseinanderzusetzen. Heute bietet sie ihre Expertise als Mentaltrainerin an und unterstützt Menschen dabei, ihre mentalen Blockaden zu lösen und ihr volles Potenzial zu entfalten. „Indem wir uns bewusst mit unseren Gedanken und inneren Überzeugungen auseinandersetzen, können wir unsere Wahrnehmung und Handlungsweise nachhaltig verändern“, so Nicole Schläppi.

Im Spätsommer wird Nicole Schläppi ihre Ausbildung zur Hypnosetherapeutin abschliessen und ihr Angebot weiter ausbauen. „Ich freue mich sehr darauf, in Zukunft auch mit Hypnose arbeiten zu können, um Menschen noch gezielter bei der Überwindung von mentalen Blockaden zu unterstützen und tiefere Ebenen des Unterbewusstseins anzusprechen“, erklärt sie.

Die Räumlichkeiten der neuen Praxis in Matten wurden mit viel Liebe zum Detail eingerichtet und schaffen eine warme, einladende Atmosphäre. „Wir möchten, dass sich unsere Klientinnen und Klienten vom ersten Moment an wohlfühlen“, so die Praxisleitung.

Die offizielle Eröffnung fand am 12. April 2025 mit einem Apéro, Würsten vom Grill und Führungen durch die neuen Praxisräume statt. Interessierte konnten sich vor Ort über das Angebot informieren, Fragen stellen und erste Einblicke in die komplementärtherapeutische Arbeit erhalten. Die Praxis steht allen offen – sowohl Einheimischen als auch Gästen, die während ihres Aufenthalts im Simmental Erholung und neue Energie suchen.

Text: Nadine Neukomm



v.l.n.r. Nicole Schläppi & Yvonne Schütz