



## HOOFDMASSAGE EN MEER



**Door de craniosacrale werking van hoofdmassage wordt het zelf genezend vermogen van het lichaam bevorderd.**

### **Wat kun je verwachten van hoofdmassage?**

Een diepere ontspanning op de weefsels waardoor pijnklachten verminderd kunnen worden. Ook kan de behandeling een positief effect hebben op emotioneel gebied.

Door ontspanningsoefeningen behandelen we klachten die samenhangen met stress, pijn en vermoeidheid. Je leert je ademhaling te verbeteren en je lichamelijke en psychische grenzen aanvoelen en respecteren. Met behulp van beeldspraken leer je je gedachten te relativieren.