



In een gezond lichaam is alles altijd in beweging

Wat is cranio?

Craniosacraal therapie werkt met het centrale zenuwstelsel, vergroot het lichaamsbewustzijn en geeft diepe ontspanning. Met zachte aanrakingen maakt het je bindweefsel los en brengt het je in contact met wat er in je lijf is opgeslagen. Door het toestaan en erkennen van wat je voelt kan pijn loskomen en de orde zich herstellen. Het zelfgenezend vermogen van je lichaam wordt op een zachte manier aangesproken.

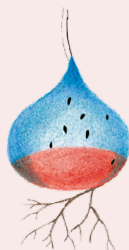
Als craniosacraal therapeut luister ik met mijn handen en faciliteer het proces dat zich opent. Hierdoor kan er weer beweging komen in wat vast is komen te zitten, zich openen wat afgesloten is geraakt en in verbinding komen wat zich afgescheiden heeft. Met als resultaat dat je je lichter, opgeruimd en energiek voelt!

Voor wie?

Cranio ondersteunt bij het herstellen van de balans bij allerlei soorten klachten. Het kan om concrete klachten gaan, maar ook om klachten die je niet goed thuis kan brengen, zoals wanneer je niet lekker in je vel zit en je gedachten ernaar gaan staan.

Cranio kan helpen bij:

MOND- EN KAAKKLACHTEN
NEK- EN SCHOUDEKLACHTEN
RUG- EN BEKKENKLACHTEN
HUID- EN ALLERGIEKLACHTEN
ADEMHALINGSKLACHTEN
HOOFDPIJN, MIGRAINE, OORSUIZEN/TINNITUS
OVERSPANNENHEID, BURN-OUT, STRESS
LICHAMELIJK ONVERKLAARBARE KLACHTEN
NA EEN BEVALLING, EEN VAL OF EEN OPERATIE
SLAPELOOSHEID, CHRONISCHE VERMOEIDHEID
SPIJSVERTERINGSKLACHTEN, DARMKRAMPEN
NA EEN VIRUS, ZOALS CORONA
GEVOELIGHEID, HSP, PERFECTIONISME
HERSTEL NA INGRIJPENDE GEBEURTENISSEN
VERLIES EN ROUW, TRAUMA
EMOTIONELE DISBALANS, SOMBERHEID



Craniosacraaltherapie

voor zwangeren, kinderen en ouders

een wakker lichaam

een warm hart

een open geest

Rond de geboorte

Craniosacraal behandelingen zijn heel geschikt om je lichaam voor te bereiden en ondersteunen in de periode rondom zwangerschap en geboorte. Het ondersteunt je om ontspannen te blijven en in contact. Hiermee geef je jezelf en je kindje de innerlijke rust, die jullie nodig hebben tijdens de zwangerschap en de tijd erna. Cranio na de bevalling ondersteunt het herstel en opent de ruimte naar een open verbinding in vertrouwen waarin het hechtingsproces natuurlijk verloopt en je groeit in het ouder-zijn.

Voor je kind(je) kan cranio helpen bij:

ONRUST

VEEL EN LANGDURIG HUILEN

SLAAPPROBLEMEN

OVERSTREKKEN

HOOFDJE DRAAIT NAAR ÉÉN KANT

SLECHT ETEN

DARMKRAMPJES

REGULATIE PROBLEMEN

FAALANGST, ONZEKERHEID

VERWERKEN VAN HEFTIGE GEBEURTENISSEN

NIET LEKKER IN HUN VEL ZITTEN

Mindful ouderschap

Mindful ouderschap en craniosacraal behandelingen brengen kalmte en plezier terug in het leven met je gezin doordat je naast alles wat er gedaan moet worden ruimte maakt waarin je met je volle aandacht aanwezig bent daar waar je bent en in dat wat je doet. Leren stilstaan en zitten brengt je uit de automatische reacties naar luis-terend aanwezig zijn in het moment, waardoor je je kinderen telkens weer nieuw kunt zien en kunt genieten van wat er is en ontstaat. Dat geeft een vrije stroom, stevige oevers, veerkrachtige kinderen en plezier in het samen-zijn!

Meer informatie en cursusdata:

www.huizebarbaradewaal.nl

Praktijkadres

Loefzijde 26, Amersfoort Noord



de Craniokamer
Praktijk voor craniosacraaltherapie