



Cranio  
Sacraal  
Therapie



Een aanraking  
zegt meer dan duizend woorden

**Cranio sacraal therapie** nodigt het lichaam uit om spanningen los te laten en het zenuwstelsel te ontladen. Het kan daarbij verlichting en inzicht geven bij tal van fysieke en emotionele klachten. Met een zachte aanraking zet ik het lijf van binnenuit weer in beweging. Met als doel om lekker in je vel te zitten.



Cranio kan bij veel aandoeningen toegepast worden. Het kan gebruikt worden als ondersteunende therapie bij andere behandelingen of als losstaande therapie.

Het doel hierbij kan zijn het vinden van ontspanning, herstel van lichamelijk en/of emotioneel letsel, herstel na operatie en verminderen van pijn.

Hierbij kan je denken aan;

- Vermoeidheid, stress en burn-out
- Depressie, angsten
- ADHD, ADD of autisme
- Hooggevoeligheid
- Trauma verwerking
  
- Rug-, nek-, en schouderklachten
- Blessures
- Hoofdpijn en migraine
- Hyperventilatie klachten
- Maag-, en darmklachten

.... en vele andere klachten.



Er zijn veel zorgverzekeraars die cranio vanuit de aanvullende verzekering (gedeeltelijk) vergoeden.

## Aanraken bij kanker

Kanker is een ingrijpende ziekte. De behandeling met chemotherapie, bestraling of hormoontherapie laat zijn sporen achter. Zowel lichamelijk als geestelijk.

Een massage of een cranio sessie helpt het contact met en het vertrouwen in het lichaam te herstellen. Maar misschien nog belangrijker; het kan symptomen als pijn, misselijkheid, vermoeidheid, slapeloosheid, angst, eenzaamheid, stress en depressie verminderen.

Bij massage of een cranio sessie wordt de sessie aangepast op jouw wensen en afgestemd op jouw klachten en conditie. Door kennis van de ziekte, de behandelingen en de bijwerkingen daarvan, kan ik jou een optimaal ontspanningsmoment geven.



Massage bij kanker, ontspant het lichaam en ondersteunt het herstel

## Massage

Een massage heeft een gunstige werking op het hele lichaam. Het is ontspannend en verkwikkend! Een moment voor jezelf.

Bij Stilpunt kun je kiezen uit verschillende massages, onder andere;

### Hoofdmassage

Het hoofd is een ideale plek om te masseren. Naast dat er ontzettend veel spieren en zenuwuiteinden op je hoofd zitten, kunnen er ook veel spanningen ophopen. Om juist het hoofd met al haar indrukken te masseren, kan leiden tot een snelle en diepe ontspanning.

### Anma massage

Anma is een drukpuntenmassage en bestaat uit drukken, kneden en stretchen om het lichaam te stimuleren en zo de gezondheid te herstellen of te onderhouden. De Anma massage geef ik op de achterzijde van het lichaam (nek, schouders, rug, armen, handen, heupen, benen en voeten).



Het is mogelijk om de massages met elkaar te combineren.  
Laat je verrassen!

## Stilpunt Cranio Sacraal Therapie

Regien van Gemert | Oudebaan 60, Milsbeek  
06 - 819 311 40 | [www.stilpunt.nl](http://www.stilpunt.nl) | [info@stilpunt.nl](mailto:info@stilpunt.nl)