



Aroma-Massage

Die Aroma-Massage ist eine sanfte, ruhige Massage mit wenig Druck.

In der Aroma-Massage werden zum neutralen Massageöl Düfte aus ätherischen Ölen beigemischt. Die Düfte können beruhigen, entspannen oder stimulieren. Die Massage hilft, ganz herunterzufahren. Spannungen werden gelöst und Schmerzen gelindert.

Tun Sie Sich etwas Gutes und lassen Sie Sich verwöhnen!

Die Wirkung der Aroma-Massage ist sehr vielseitig und ganzheitlich:

- der **Stoffwechsel und das Lymphsystem** wird angeregt
- die **Durchblutung** wird gefördert
- die **Muskulatur** wird gelockert
- das **Immunsystem** wird angeregt
- Stress wird abgebaut und **Glückshormone** aufgebaut

Die Düfte gelangen über die Nase in das limbische System des Gehirns, und können dort je nach Duft unterschiedliche Wirkungen haben:

- beruhigen und entspannen
- aktivieren, stimulieren, tonisieren
- angstlösen und ausgleichen
- die Stimmung aufhellen und aufmuntern

Eine Massage ist eine sehr effiziente Art, sich etwas Gutes zu tun!

Eine Massage von 3 Minuten regeneriert den Körper besser als eine Ruhepause von 20–30 Minuten!

Gönnen Sie sich eine Oase der Entspannung.

Gott hat uns in seiner guten Schöpfung gesunde Öle und feine Düfte geschenkt. Mit meinem grossen Fachwissen und den Geschenken aus Gottes Natur leiste ich gerne einen schönen Beitrag zu Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden.

Preise: 30 Minuten CHF 45.–
60 Minuten CHF 90.–

Termine nach Vereinbarung

**Lebenswert –
Seelsorge, Musik- & Aromatherapie**
3400 Burgdorf

077 490 37 36
info@lebenswert-therapie.ch
www.lebenswert-therapie.ch