

## HOLISTISCH

Met holistisch wordt bedoeld dat lichaam en geest één zijn. Je hebt als mens niet alleen een fysiek lichaam, maar ook je eigen gevoelens, je emoties, je gedachten, verlangens, overtuigingen en relaties. Al deze aspecten vormen jouw ZIJN en vormen samen een evenwicht. Ze hebben onderling invloed op elkaar. Is iets uit evenwicht, dan geeft het lichaam een signaal. Belangrijk is het leren herkennen van die signalen en daar dan aandacht aan te geven. Wanneer we dat niet doen, kan een signaal overgaan in een klacht. Bij de massage worden klachten of symptomen niet onderdrukt of weggemasseerd, maar gebruikt om duidelijkheid te geven.

## Massage Therapie

Massage heeft een ontspannende werking voor lichaam en geest en heeft daardoor een preventieve en helende werking voor je gezondheid. Voel je je ontspannen, dan kan de energie vrij stromen en voor herstel zorgen. Het zelf genezend vermogen kan zijn werk doen.

Massage heeft een directe invloed op de huid, spieren, banden, gewrichten en betreft hierbij de inwendige organen en regelsystemen zoals bijv. zenuwstelsel, bloedsomloop, hormoonwerking enz. Door de toegenomen doorbloeding worden afvalstoffen sneller afgevoerd en de opname van voedingsstoffen bevorderd.

## Visceraal Therapie

Viscerale therapie is ontwikkeld in de jaren zeventig van de vorige eeuw door Jean-Pierre Barral. Als osteopaat was hij gewend om te 'voelen' wat er in het lichaam aan de hand was. Hij realiseerde zich echter dat er meer was, dat ieder klein stukje onderdeel was van het grotere geheel.

Viscerale therapie is een vorm van therapie die zich richt op de binnenkant van de mens. Hierbij ligt de nadruk op de organen (viscera), waarbij klachten lichamelijk en/of geestelijk kunnen zijn.

Het lichaam bestaat voor 20 -30% uit bindweefsel en uiteindelijk verbindt deze alle structuren binnen het lichaam. Het is belangrijk dat het bindweefsel vrij kan bewegen. Door bijv. een operatie, infectie, litteken, ongeluk kunnen verklevingen ontstaan, waardoor de beweeglijkheid van de omliggende structuren, zoals organen, bloedvaten, zenuwstructuren afneemt. Dit kan verschillende klachten veroorzaken. Ook jaren na een infectie of operatie.

Een massage en visceraal therapeut gebruikt als werkinstrument bij een behandeling alleen zijn of haar handen.

Het doel van elke behandeling is de balans in het lichaam te herstellen door het lijf zodanig te prikkelen, dat het zelf-herstellend vermogen wordt aangesproken. Dit zelf herstellend vermogen kan er dan voor zorgen dat klachten geheel of gedeeltelijk verdwijnen.

## Welke klachten

- Nek-, schouder-, rugklachten
- Gewrichtsklachten
- Vermoeidheid
- Slaapproblemen
- Hoofdpijn, Migraine
- Hormonale stoornissen
- Spijsverteringsklachten
- Stress, Burnout
- Depressie, Angsten
- Chronische klachten
- Vage klachten

## Consult

Een consult duurt gemiddeld 60-70 minuten.

## Afspraken

Er wordt uitsluitend gewerkt op afspraak.

Telefonisch: 0347-371792

Email: [info@lidyvandijk.nl](mailto:info@lidyvandijk.nl)

Indien je bent verhinderd, geef dit dan zo snel mogelijk door. Bel je binnen 24 uur voor de geplande afspraak af of zonder bericht, ben ik genoodzaakt de gereserveerde tijd in rekening te brengen.

Er is geen verwijzing van de huisarts nodig.

Ik ben lid van de beroepsvereniging LVNT.

Veel verzekeringsmaatschappijen vergoeden een consult geheel of gedeeltelijk.

Een consult valt onder de alternatieve geneeswijze en wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Het eigen risico is hierop NIET van toepassing. Raadpleeg uw polis of informeer bij uw zorgverzekering.



Reg.nr.04.066

Vriendelijk verzoek:

Gooi deze folder niet weg, maar geef hem door aan iemand anders.

Praktijk voor Holistische Massage  
Lidy van Dijk

Franciscushof 216  
4133 BL Vianen

Tel: 0347-371792  
Website: [lidyvandijk.nl](http://lidyvandijk.nl)  
Email: [info@lidyvandijk.nl](mailto:info@lidyvandijk.nl)

Praktijk voor  
Holistische  
Massage Therapie  
Lidy van Dijk

Massagetherapie

Visceraaltherapie



Tel: 0347-371792