

ONLINE consulten, ook met **acupressuur!**

Wat is acupressuur?

In plaats van naalden, acupressuur gebruikt vingerdruk op acupunctuur punten om de energie in de meridianen te bewegen, en om onze gezondheid en hoe we ons voelen te beïnvloeden.

Werkt acupressuur?

Ja! Aandachtig zelf acupressuur toepassen op geschikte punten werkt!

Zijn online consulten vergelijkbaar met in-office sessies?

-Net als consulten in de praktijk, is er tijd om je symptomen, je zorgen en uitdagingen te bespreken.

-We kunnen ook suggesties voor nuttige aanpassingen in je leven bespreken, manieren om je immuunsysteem te versterken, technieken om stress te beheersen, herstel te stimuleren, en dichtbij jezelf te blijven.

-Zo gewenst, krijg je instructies over het vinden van een paar geschikte acupunctuurpunten en uitleg over de meest effectieve manier om acupressuur op jezelf toe te passen.

-Online sessies zijn vooral nuttig om jou te ondersteunen wanneer je te ver weg of te druk bent om persoonlijk te komen, of wanneer een in-persoon sessie niet mogelijk is, bijvoorbeeld in tijden van sociale afstand of bij ziekte.

-Of gewoon tussen door, bijvoorbeeld wanneer je een probleem heeft waar je baat bij zou hebben door erover te praten.

Wat vinden mensen van online sessies?

Mensen vinden online coaching, met of zonder acupressuur, verbazingwekkend effectief en ondersteunend. Het maakt gewoon meer mogelijk. Ik nodig je uit om ook online sessies ook uit te proberen!