

# Craniosacraal therapie



Craniosacraal therapie, ook bekend als Cranio, is een professionele vorm van beweegzorg die zowel fysieke als emotionele klachten op een lichaamsgerichte manier aanpakt. Deze therapie richt zich op het craniosacraal systeem en het bindweefselstelsel van het lichaam. In plaats van de 'klacht' eenzijdig te behandelen, benadert Cranio het lichaam als geheel. Het uitgangspunt is dat lichaam en geest onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn en elkaar wederzijds beïnvloeden.

Met behulp van zachte manuele technieken optimaliseert Cranio de spanning rond het bindweefselstelsel. Dit bevordert ontspanning en ondersteunt het zelfherstellend vermogen. Als gevolg hiervan verbetert je algehele gezondheid en kom je weer lekker in je vel te zitten.

## Doel

Voel je je niet lekker in je vel, ervaar je stress of vertonen zich symptomen van burn-out? Ben je vermoeid en lukt het je niet om te ontspannen? Verlang je naar rust en energie omdat je hoofd overuren maakt en op het punt staat overbelast te raken? Heb je last van aanhoudende fysieke klachten, zoals hoofdpijn, stijve spieren, oorsuizen of juist vage klachten?

In dat geval biedt Cranio-therapie de oplossing die je zoekt. Met Cranio ga ik op ontdekkingsstocht naar het verhaal dat jouw lichaam vertelt. Wist je dat het bindweefsel in je lichaam herinneringen kan opslaan? Alle gebeurtenissen in het leven, zoals stress, emoties en fysieke klachten, worden niet alleen in de hersenen geregistreerd, maar ook in het lichaam zelf. Continu, gedurende de hele dag. Onze bewegingen, routines, patronen, gedachten en emoties worden allemaal vastgelegd.

Samen zullen we onderzoeken wat er nodig is om jouw klachten te verminderen. Het kan zijn dat we vastzittende emoties in beweging moeten brengen. Door de behandeling zal er ontspanning optreden, waardoor er meer ruimte ontstaat voor het bindweefsel om beter te functioneren en het herstellend vermogen van het lichaam te bevorderen.

## Verwijzing / Vergoeding

De meeste zorgverzekeraars vergoeden een deel van de behandelingen vanuit de aanvullende verzekering, zonder het eigen risico aan te spreken. Voor een cranio-behandeling is geen verwijzing van de huisarts nodig.

## Welke klachten?

- Hoofdtrauma's bij ongelukken of sportblessures
- Nek- schouderklachten
- Als ondersteuning van reguliere zorg
- Bij spanning, stress of burn-out
- Voor persoonlijke groei en ontwikkeling
- Bij een moeizame start voor moeder en kind
- Bij diepgaand herstel bij ziekte
- Als klachten aanhouden na trauma en letsel
- Ondersteuning tijdens rouw en verlies

Maar denk ook eens aan:

- Algemeen meer ontspanning in het lichaam
- Hersenletsel
- (aanhoudende) vage klachten waar letterlijk de vinger niet opgelegd kan worden

## Contact ons

 0575- 450699

 06-30586078

 [www.tc-bronckhorst.nl](http://www.tc-bronckhorst.nl)

 [ilona@tc-bronckhorst.nl](mailto:ilona@tc-bronckhorst.nl)