

# TRANSFORMATIONSHAUS

## „Berührungen“ für Deine Gesundheit

### „Streicheln“ ist auch eine Therapieform!

ein Abend mit **Monika Lara Balhar** (Berührungscoach)!

Erlebnisabend am Montag den 25. November um 19.30 Uhr.



**Berührung** ist nicht nur etwas, was ein Gefühl in uns auslöst!

Gezielte Berührung, besonders sehr langsame, sind tatsächlich eine wissenschaftlich belegte Art der Therapie, die sich „Basale Stimulation“ nennt. Sie schafft Verbindung, Nähe und Beziehung.

Da Berührung nicht nur ein Gefühl ist, sondern sich auch auf unseren Hormonhaushalt auswirken, werden nachweislich Glückshormone ausgeschieden, die gegen Aggression, Stress, Einsamkeit und Leere wirken. Das Vegetative Nervensystem schaltet durch Streicheleinheiten auf Regeneration, was unsere Selbstheilungskräfte aktiviert. Zudem wurde in jahrelanger Praxis in der Sonderpädagogik nachgewiesen, dass gezielte Berührung nicht genutzte, noch nicht programmierte Zellen programmieren, so dass durch gezielte Berührung Körperbewusstsein geschaffen wird, durch das sich der Mensch wieder spüren, fühlen lernt und zwar unabhängig von seinem Alter.

Ich „berühre“ Menschen, die Entspannung wünschen, die gestreichelt werden möchten, obwohl sie allein, alt, krank, einsam oder auf irgendeine Art körperlich oder geistig eingeschränkt sind.

Würden wir gedanklich „Berührung“ oder „Streicheln“ bei einer Massage, nicht unweigerlich mit Sexualität in Verbindung setzen, dann würden wir erkennen, dass Berührung einfach nur ein Körpergefühl erzeugt und dazu dient, die Gedankenschleifen zu unterbrechen und in unserem Herzen, in unserem Gefühl anzukommen. Wir selbst verhindern durch unsere von der Umwelt geprägten „schlechten“ Gedanken, dass wir Berührung nicht als dieses Gefühl genießen und anerkennen können, da es leider zu selten als etwas wichtiges Eigenständiges gesehen wird, sondern immer nur als kurzer Vorspann zu einer sexuellen Handlung.

Durch meinen Vortrag und meine von mir entwickelte Massage „Touches-for-Health“ die Energiearbeit und körperliche Berührung verbindet, möchte ich dazu beitragen, dass Menschen mehr ins Gefühl kommen. Ich werde Ihnen von meiner Arbeit erzählen und Sie können TESTEN & Fühlen, wie sich die Energien und meine Massage anfühlen. Unter den Anwesenden verlose ich eine 30-minütige Rücken-Arm Massage.

Infos unter: [www.transformationshaus.com](http://www.transformationshaus.com)

---

**Termin:** Montag der 25. November 2019 **Ort:** Campestraße 7, in den Räumen der amara Heilpraktikerschule, (im Gruppenraum dürfen keine Straßenschule getragen werden)

**Beginn:** 19:30 UHR **Kosten:** 10 Euro **Info und Anmeldung:** 0531 250 79 485

Unbedingt vorher anrufen -und rechtzeitig anmelden-  
es stehen nur begrenzte Plätze zur Verfügung