

Ingen hokus pokus, men 'Hos Simone' forstår hvad kroppen "fortæller"

Mange af os kender til at gå ind i det nye år med gode intentioner. Vi laver nytårsfortsætter, der har til hensigt at gøre godt for krop og sind. Men uden den rette plan eller støtte kommer mange ikke i mål. Simone Bech er behandler med fokus på fysisk og mental balance og velvære. Hendes erfaring er, at mange ofte ikke forstår, hvad kroppen prøver at "fortælle". Men Simone "taler" sproget.

Nogle vil måske mene, at det er (for) langt ude på landet. Andre vil fremhæve den smukke natur og den fred og ro, der hviler over det nedlagte landbrug i Gl. Åsted, hvor Simone Bech har indrettet sit behandlersted 'Hos Simone'.

I rolige, lyse lokaler har hun flere behandlerrum med plads til forskellige aktiviteter. F.eks. i det store lokale hvor der er plads til mindre grupper. Her starter et nyt yoga-hold op igen til foråret. Susanne Hald er gæste-instruktør med den særligt skånsomme yoga-form kaldet medi-yoga, der er en blanding af yoga og meditation, som især stressramte kan opleve stor effekt af.

I et af de mindre rum står en massagebriks. Simone er egentlig uddannet sygeplejerske, men har efterfølgende uddannet sig til fysiurgisk massør. Derefter har hun bygget videre med yderligere uddannelser og er RAB godkendt som alternativ behandler. Udover massage arbejder hun med kranio-sakral terapi - også kaldet KST, NADA-behandling og energiarbejde.

Netop energiarbejdet er den seneste videreuddannelse, Simone har gennemgået. Hun fortæller, at det ofte opfattes som noget "hokus-pokus-agtigt", når folk først hører om det. Selv vil hun gerne slå fast, at hun bestemt ikke kan trylle! Nogen gange tager ting tid og der skal flere behandlinger til. Ofte kombinerer hun de forskellige metoder, som hun arbejder med for at skabe forløsningen af den konkrete problematik.

Hun forklarer: 'Jeg ser på den store sammenhæng. Altså både på hvor klienten er i sit liv og på kroppen og sindet som én samlet enhed. Kroppen består af ufatteligt mange intelligente celler, som hele tiden arbejder på at genoprette balancen i kroppen. Ofte klarer kroppen det selv, andre gange skal der bare en finjustering til. I vores travle og turbulente hverdag kan en hjælpende hånd udefra være en god hjælp.'

De fleste kender måske til holdningen, at det skal gøre godt ondt, før man søger hjælp. Men det gælder både for de følelsesmæssige og de kropslige smerter og gener, at jo tidligere man handler og forebygger, jo bedre. 'Men ellers må vi jo starte med at "lappe" lidt på tingene', siger Simone med et smil.

Simone fortæller videre, at det hun særligt brænder for er at hjælpe den enkelte videre med sit liv. Ofte prøver kroppens signaler at "fortælle" os noget og det "sprog" er hun god til at opfatte og kommunikere med. Nogle gange er det underbevidstheden, der skaber spændinger og her kan massage/KST løsne op for musklerne og energiarbejdet kan bremse tankemylderet og virke helende på både krop og sind.

I det nye år er Simone klar til at tage imod de, som gerne vil have en ekstra støtte og dimension ind i deres personlige nytårsfortsætter. En behandling på massagebriksen kan være et velfortjent pusterum og et blidt skub i den rigtige retning. I starten af 2018 starter hun i øvrigt 3 nye samtalegrupper, som er gratis at deltage i. I ugentlige 'sittings' skal grupperne mødes og støtte hinanden i fortællegrupper, hvor den enkelte kan dele og sætte ord på livets besværligheder, frustrationer, modgang og også medgang. Man kan læse mere om Simone og hendes tilbud og behandlinger på hjemmesiden for 'Hos Simone'.

Baggrundsinfo om Hos Simone:

På toppen af Salling, midt i naturen, i ro og fred og langt ude på landet driver Simone Bech eget behandlersted i virksomheden 'Hos Simone', hvor hun tilbyder hjælp til forskellige skavanker.

Simone Bech er uddannet sygeplejerske med 27 års erfaring som terapeut med forskellige 'redskaber'. Som alternativ behandler tilbyder hun kranio-sakral-terapi (KST), massage, NADA-behandling og energiarbejde / healing.

Læs mere på www.hossimone.dk

Kontakt Simone Bech på tlf. 23 93 13 89