



Terapeutene ved Stavanger Soneterapi fra venstre; Pål Tollagsen, Annette Løno, Vibecke Ree Heimark og Peter Thomsen.

## Stavanger Soneterapi

### Terapiformer

Soneterapi	Ørelysbehandling
Laserterapi	Kroppsmassasje
Refleksologi	Rygg/nakkemassasje
Massasjeterapi	Aromaterapi
Akupunktur	Koppemassasje
Vitamin/mineralterapi	Aromaterapi
Kostholdsveiledning	Hårmineralanalyse
Tankefeltterapi	Meridian Resonans Test
	Irisanalyse



### Plager mange søker hjelp for

Allergi	Mage- og tarmplager
Barnløshet	Muskel- og skjelettplager
Betennelsesproblematikk	Nedsatt immunforsvar
Blæreproblemer	Rygg- og nakkeproblemer
Candida	Stressrelaterte plager
Energimangel	Svimmelhet
Hormonell Ubalanse	Søvnplager
Hudproblemer	Utbrenthet
Idrettskader	Utrekninger
Kroniske plager	Øreplager
Luftsveiplager	Andre Helserelaterte plager

# Få hjelp mot høstens plager

**Høsten er på fremmarsj. Dagene blir kortere og kveldene mørkere. Ferien er over og det er full fart på jobben. Sommerens energilager begynner å ta slutt. Man kan føle seg litt sliten og trøtt. Heldigvis trenger man ikke gå rundt og ha det sånn. Stavanger Soneterapi kan hjelpe deg.**

Tekst og foto: Randi Sørensen

De typiske høstplagene Stavanger Soneterapi jobber med er lite energi, vinterdepresjon, muskel- og skjelettplager, søvnplager og nedsatt immunforsvar som igjen kan gi blant annet forkjølelse og bihulebetennelse.

Stavanger Soneterapi tilbyr behandling gjennom naturmedisin og alternativ behandling. Med 20 års erfaring har Stavanger Soneterapi markert seg som en av landets mest anerkjente, allsidige og ledende helseklinikker.

De fire terapeutene ved Stavanger Soneterapi tilbyr et bredt spekter av behandlingsformer, blant annet soneterapi, refleksologi, akupunktur, massasje og tankefeltterapi (TFT).

Det tilbys profesjonell behandling som tilrettelegges individuelt for den enkelte pasient.

Er du usikker på hvilken behandlingsmetode som er best for deg, vil terapeutene hjelpe deg med det.

### En kropp i balanse

Alternative behandlingsformer jobber ut fra en teori om at symptomer i kroppen er ubalan-

ser som kan manifestere seg som sykdom over tid.

– En kropp i balanse skaper god helse. Balansen kan forstyrres av stress, dårlig kosthold, lite trening og liknende, sier Vibecke Ree Heimark. Det er ofte sentralt at vi ser på alle plagene til pasienten i en helhet for å vurdere riktig innfallsvinkel for behandlingen.

Ett eksempel er at mange tenker at årsaken til muskelsmerter er stress eller overbelastninger, men andre årsaker kan for eksempel være feilernæring der man belaster kroppen med for mye syre som igjen kan gi muskelplager.

Symptomene kan sette seg på forskjellige steder i kroppen. Poenget med behandlingene er å stimulere kroppen til å ordne opp selv.

Pål Tollagsen legger til at terapeutene også gir råd om trening, kosthold og livsstil.

### Behandler også barn

Terapeutene tilbyr behandling til alle aldre, der den yngste pasienten har vært bare noen dager gammel. Problemstillinger som ofte dukker opp hos de små er fordøyelsesplager, kolikk, muskelplager, allergi, voksesmerter, øreproblemer, uro, konsentrasjonsvansker og søvnproblemer.

– Vi har veldig gode erfaringer med barn. De responderer som regel raskt på behandlingen da plagene som oftest ikke har fått satt seg så dypt hos de små, forteller Annette Løno.

### Soneterapi og refleksologi – behandling av sonesystemer

Forskjellen på soneterapi og

refleksologi er at ved førstnevnte jobber en på soner som sitter under føttene, mens i refleksologien jobber man på sonesystemer på hele kroppens hudoverflater.

Behandlingen er en naturlig og medisinfri behandlingsmåte som styrker kroppen både fysisk og psykisk. Ved å trykke på såkalte sonepunkter kan kroppen aktiveres til å hele seg selv.

Reflekssonene består av et permanent sonesystem på kroppen. Ved å stimulere disse punktene, påvirkes nervesystemet, blodsirkulasjonen og hormonbalansen. Sonene finnes i et kartlagt system som kan brukes som et tastatur på en datamaskin. Ved å kunne de rette kommandoene, kan man kommunisere med kroppens operativsystem for å sette i gang prosesser slik at kroppen kan rette opp i de ubalansene som finnes.

Sonepunktene stimuleres ved å trykke på punkter med hendene og sonestav.



Peter Thomsen er også lærer innen refleksologi og neste kursstart i Stavanger er 4. oktober.

### Flere former for akupunktur

Stavanger Soneterapi tilbyr flere typer akupunktur: klassisk akupunktur, akupunktur 2000, elektroakupunktur og laserakupunktur.

Klassisk akupunktur er en av de eldste alternative behandlingsformene, og den som er mest akseptert av skolemedisinen. Det er lang erfaring med akupunktur gjennom moderne forskning, og behandlingsformen brukes i dag ved flere sykehus. I behandlingen kartlegges først området som er i ubalanse, og deretter balanseres energien med nåler. Det jobbes med energibaner, eller meridianer som de også kalles.

Ved elektroakupunktur stimuleres akupunkturpunktene med strøm for å forsterke virkningen av nålene. Behandlingen er effektiv på muskelknuter.

Akupunktur 2000 er en nyere form for akupunktur der man setter nålene i ledd som fungerer via nervesystemet.

### Massasje

Massasje er en behandlingsform som er kjent for de fleste. Massasje øker blodsirkulasjonen og fjerner slaggstoffer og reduserer muskelspenninger. Mange opplever etter massasjen at de har mindre muskelplager, sover bedre og får mer energi.

Stavanger Soneterapi tilbyr forskjellige massasjeformer som rygg/nakkemassasje, kroppsmassasje, bindevevsmassasje, koppemassasje og aromaterapi.

### TFT og hypnose

TFT gjennomføres ved at du som klient fokuserer på problemet ditt samtidig som terapeuten stimulerer punkter på kroppens

energibaner med fingerbanking etter bestemte mønstre.

Terapeuten stiller underveis spørsmål som avdekker hvilke tanker som er årsaken til ubehaget og stimuleringen av punktene kan føre til at problemet opphører.

Stavanger Soneterapi samarbeider også med den danske hypnotisøren Hans. F. Laustsen.

Til informasjon vil terapeutene ved Saatavanger være representert på Alternativmessen siste helgen i september i Folkets Hus.

Kjenner du høsten kryper ubehagelig innpå deg, eller du har andre plager du lur på om de kan hjelpe deg med er du velkommen til Stavanger Soneterapi!

**FAKTA:**



## Stavanger Soneterapi

### HVA:

Stavanger Soneterapi er en av landets mest anerkjente klinikker innen alternativ behandling med over 20 års erfaring. Alle terapeuter har godkjent utdanning og er medlemmer av respektive forbund.

### AKTUELL MED:

Stavanger Soneterapi kan hjelpe deg med behandling og forebygging av høstplager.

### KONTAKT:

Lagårdsveien 91, 4010 Stavanger  
3. etg i Colosseumbygget  
Telefon: 51 53 65 40  
E-post: mail@stavanger-soneterapi.no

### MER:

www.stavanger-soneterapi.no