

## Cranio in de praktijk

De behandeling start met een gesprek waarbij de therapeut een aantal vragen stelt om inzicht te krijgen in de oorzaak en samenhang van de klachten. Er is alle tijd en ruimte voor jou.

Cranio werkt met zachte manuele technieken waarbij je wordt aangeraakt. De kleding blijft aan tijdens de behandeling. Bij volwassenen duurt de behandeling ongeveer 60 minuten. Bij kinderen wordt de behandeltime aangepast aan de leeftijd van het kind.

## Tarief en vergoeding

Elke craniotherapeut mag een eigen tarief bepalen. De beroepsverenigingen geven hier richtlijnen voor.

Cranio wordt door meerdere zorgverzekeraars deels of geheel vanuit de aanvullende verzekering vergoed. Het eigen risico wordt daarbij niet aangesproken. Neem contact op met je eigen zorgverzekering voor actuele informatie over de vergoeding.

Het aantal benodigde behandelingen is afhankelijk van de aard van de klachten en de reactie op de behandeling.



Ontdek zelf de kracht van Cranio bij een craniotherapeut bij jou in de buurt.

[www.cranio-nederland.nl](http://www.cranio-nederland.nl)

# Bewust in je lijf met Cranio



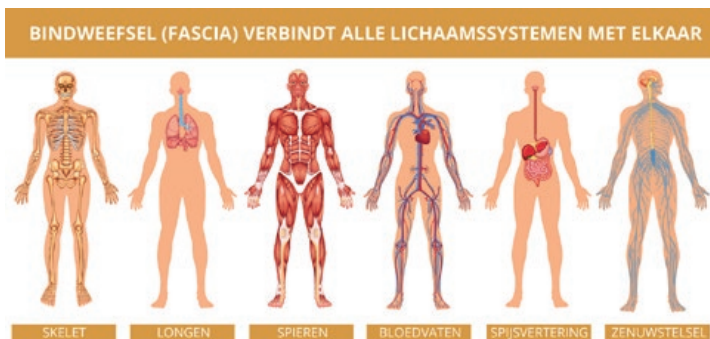
## Bewust zijn in je lijf met Cranio

Je lichaam is slimmer dan je misschien denkt. Het heeft een groot vermogen om zichzelf te herstellen. Door bijvoorbeeld een ongeluk, ziekte, een operatie, stress of verkeerde voeding kan het zelfregulerend vermogen van het lichaam verzwakt zijn.

De craniotherapeut heeft vaak maar enkele lichaamsgerichte behandelingen nodig om de motor van het zelfherstellend vermogen weer op gang te brengen. Hierdoor lossen beperkingen in de weefsels sneller op waardoor je lekker in je vel komt te zitten. In het verdere verloop van de behandelingen zul je ook meer en meer groeien in het bewust 'zijn' in lijf.

*“Eigenlijk zou iedereen zelf moeten voelen wat de kracht van Cranio is. Het is zo fijn om je beter in je vel te voelen en minder ‘in je hoofd’...”*

Kyra, 24 jaar, accountmanager



## Wat is Cranio?

Craniosacraaltherapie, kortweg Cranio, is een professionele vorm van beweegzorg. Zowel fysieke als emotionele klachten worden lichaamsgericht behandeld. Cranio gebruikt het bindweefselsysteem (de fascia) om blokkades in het lichaam op te sporen en te behandelen. Hierbij wordt de klacht holistisch benaderd. Uitgangspunt hierbij is dat lichaam en geest onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn en elkaar wederzijds beïnvloeden.

Door zachte manuele technieken optimaliseert Cranio de balans in het bindweefselsysteem en met name in het zenuwstelsel. Het geeft een helende beweging in je fysieke lichaam en het helpt je te ontspannen waardoor je inzicht krijgt in de oorzaak van je klacht. Dit nieuwe bewustzijn creëert ruimte voor veranderingen en herstel. Je gezondheid verbetert en je komt weer in contact met jezelf als mens.

## Wanneer Cranio?

- als ondersteuning van reguliere zorg
- als je in stress zit en/of burn-out bent
- als moeder en kind een moeizame start hebben
- als bij ziekte een diepgaand herstel nodig is
- als trauma en letsel klachten blijven geven
- als onderdeel van palliatieve zorg
- als aanraking niet meer vanzelfsprekend is

## Voor volwassenen

Uit balans zijn levert stress op. Dit proces gaat vaak onbewust en onderhuids. Hoe langer de onbalans duurt hoe vaster je komt te zitten. Je lichaam geeft steeds meer aan dat je voorbij loopt aan jezelf en aan dat wat je nodig hebt om goed te functioneren. Dankzij de diepwerkende kracht van Cranio en de werkwijze van de therapeut, krijg je weer een vertrouwensband met je lichaam en je oorspronkelijke bewegingsruimte. Je bent weer thuis bij jezelf.

## Voor kinderen

Gedrags-, concentratieproblemen of sociaal-emotionele klachten kunnen het gevolg zijn van blokkades in het lichaam. De oorzaak hiervan is voor ouders vaak lastig te achterhalen, mede ook omdat er al tijdens de geboorte complicaties kunnen zijn waardoor er direct of na verloop van tijd problemen ontstaan. Dat kan zich uiten in lichamelijke onrust en spanning bij het kind en de ouders. Cranio verlicht de spanning, ondersteunt de positieve groei en geeft ruimte aan de eigenheid van het kind.