

# 25 GRÜNDE FÜR EINE MASSAGE

- 1 Stress abbauen
- 2 lindert postoperative Schmerzen
- 3 Reduzieren Sie Ihre Ängste
- 4 Behandeln Sie Rückenschmerzen
- 5 Reinigt den Körper von Giftstoffen
- 6 Muskelverspannungen reduzieren
- 7 Verbessern Sie die Trainingsleistung
- 8 Spannungskopfschmerzen lindern
- 9 Besser schlafen
- 10 Lindern Sie die Symptome einer Depression
- 11 Verbessern Sie Ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit
- 12 Reduzieren Sie die mit Arthrose verbundenen Schmerzen
- 13 Entspannung von Muskeln und Nervensystem
- 14 Verbessern Sie das Gleichgewicht bei älteren Menschen
- 15 Reduzieren Sie die Schmerzen bei rheumatoider Arthritis
- 16 Mildernde Auswirkungen von Demenz
- 17 Entspannung fördern
- 18 Senken Sie den Blutdruck
- 19 Setzt Glückshormone frei und sorgt für tiefe Entspannung
- 20 Hilfe bei chronischen Nackenschmerzen
- 21 Stärkung der Immunität
- 22 Erweitern Sie Ihre Bewegungsfreiheit
- 23 Reduzieren Sie die Häufigkeit von Migräne
- 24 Verbesserung der Lebensqualität in der Hospizpflege
- 25 Übelkeit im Zusammenhang mit der Chemotherapie reduzieren

GRÜNDE, EINE EINS ZU ERHALTEN MASSAGE Massage ist eine gute Medizin

Telefon: 08171 91 17 109 oder E-Mail: [massage@zybort-betreuungsmanagement.de](mailto:massage@zybort-betreuungsmanagement.de)

## Jolanta Zybort-Slusarczyk – Ausbildung

- 1987 Dip. Krankenschwester (Polen)
- 2017 Palliativ Care (München)
- 2019 Ausbildung zur Ganzkörper-Ölmassage und Ernährungsberatung bei Ayurveda Akademie München
- 2022 Ausbildung zur Kräuterstempelmassage bei Paracelsus-Akademie

