

# 'Voor het eerst in vier jaar ben ik geheel klachtenvrij'

**Ervaringen met haptotherapie: een aantal cliënten aan het woord. De uitgebreidere verhalen kun je lezen op de website van mijn praktijk.**

*'Door de aanraking kwam ik erachter dat ik boos was. Ik mocht het voelen en onder woorden brengen. Het werkte krachtig en ik kwam beetje bij beetje voor mezelf op in de gewone dagelijkse contacten. Het verbaast me dat ik in korte tijd leerde wat ik 40 jaar niet meer had gedaan.'*

*'Echt voelen? Ik wist niet meer wat dat was. Mijn hoofd draaide op volle toeren. Ik leerde voelen wat er in mijn lichaam gebeurde. Voor het eerst in vier jaar ben ik geheel klachtenvrij. Dat gevoel is geweldig!'*

*'Voor het eerst in lange tijd voelde ik wat ik zelf nodig had om verder te gaan en niet wat een ander van mij nodig had.'*

*'In plaats van steeds rationeel te bedenken wat goed voor me was, kon ik weer voelen wat ik echt graag wilde, waar ik energie van kreeg en wat ik leuk vond. Dit heeft me een nieuw vrijheidsgevoel gegeven!'*

*'Er kwamen gevoelens naar boven die ik nooit eerder zo had ervaren. Doordat mijn gevoelens er gewoon mochten 'zijn', leerde ik er meer naar luisteren en begon ik steeds meer te voelen en ervaren. Langzaam overwon ik de depressie en de eetstoornis.'*

Loop jij ook ergens tegenaan waar ik je bij kan helpen? Van 20 juli tot en met 18 augustus is de praktijk gesloten, maar daarna ben je van harte welkom.

## **PRAKTIJK HAPSIS VOOR HAPTONOMIE EN HAPTOTHERAPIE**

Gerda Ponte • Stationsplein 49, 1703 WD Heerhugowaard • 072-7601535  
info@haptonomieheerhugowaard.nl • www.haptonomieheerhugowaard.nl

**haptotherapeut**  
Gerda Ponte

