

Lifestyle für Ihr Wohlbefinden

Ganzheitlich
entspannen
bewusst ernähren
sinnvoll bewegen
Seele und Geist
Lebensqualität beflügeln
gewinnen

Wenn Körper, Seele und Geist in der Balance sind, geht es uns besser. Unser Schöpfer hat uns vieles geschenkt, um unser Wohlbefinden zu fördern. Wenn Sie möchten, unterstütze ich Sie auf Ihrem Weg zu einem Lifestyle des Wohlbefindens mit Beratungen, natürlichen Pflegeprodukten und Massagen.



IHRE CHANCE

In der heutigen komplexen Welt sind wir sehr herausgefordert, innerlich und äusserlich ausbalanciert zu sein und zu bleiben. Als Gesundheits- und Lebensberaterin ScGL

Naturalvital unterstützt Sie ganzheitlich – für Körper, Seele und Geist.

möchte ich dazu beitragen, dass Sie sich ganzheitlich wohl fühlen.

Zusammen analysieren wir Ihre Situationen und entwickeln Wege, wie Sie im Alltag mehr und mehr in eine innere Ausgeglichenheit finden können. Ich unterstütze diesen Prozess bei Bedarf auch mit natürlichen Gesundheitsprodukten und mit physiologischen Massagen.

Ich arbeite nach christlichen Massstäben und sehe den Menschen als einzigartiges Geschöpf Gottes.

DAS NATURALVITAL-ANGEBOT

Massage

- Klassische Massage
- Entspannungsmassage
- Sportmassage
- Teilmassagen wie Fuss- und Handmassage
- Schröpfen / Schröpfkopfmassage
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn-Breuss

Gesundheits- und Lebensberatung

- *Ernährung:* Beratung, Begleitung und Coaching
- *Bewegung:* Swing-Trampolin, Einstieg in den Laufsport
- *Entspannung:* Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (Abbau von körperlichen Reaktionen auf Stresssituationen)

Hydrotherapie

- Wasserheilkunde und Wickel nach Kneipp

Phytotherapie

- Eigene pflanzliche Pflegeprodukte ohne Zusatzstoffe
- Körperlotionen, Tag- und Nachtcrèmes, Hand- und Fusscrèmes
- Verschiedene Salben für den therapeutischen Einsatz

IHRE BERATERIN

Christa Perdikidis

Jahrgang 1962, verheiratet. Langjährige Tätigkeit als ärztl. dipl. Masseurin; Ausbildung zur Gesundheits- & Lebensberaterin ScGL; Weiterbildungen: Triggerpunktbehandlung, Wirbelsäulentherapie nach Dorn-Breuss; Aktive Ausdauersportlerin



Naturalvital
Töpferweg 4
8224 Löhningen
Telefon 052 685 33 49
Mobile 076 216 04 39
christa.perdikidis@naturalvital.ch

www.naturalvital.ch

