



Onthaastpraktijk Slow Life in 's-Gravenzande: Don't hurry, be happy

Vandaag de dag zijn we vrijwel allemaal druk. Dat geeft ons best een goed gevoel; we bestaan, doen en tellen mee. Maar altijd (te) druk zijn heeft ook zo zijn gevaren. Voor je het weet ontwikkel je stress, word je geleefd en beland je in een burn-out. Met als doel om vaker te ontspannen is Praktijk Slow Life in 's-Gravenzande vorig jaar opgericht. Met ontspanningsmassages, helende klankschaalmassages en stiltemeditaties helpt Gilbert Frijters van Slow Life mensen om weer even bij te komen van de drukte van alledag.

Ruimte te huur

Op de prachtige locatie van Slow Life aan de Vreeburghlaan 3a in 's Gravenzande is ook nog een gedeelte vrij voor verhuur. De ruimte is uitermate geschikt voor iemand met een eigen praktijk of voor iemand die eenmalig of geregeld een lezing, presentatie, workshop of bijeenkomst wil organiseren. Informeer bij Gilbert naar de mogelijkheden.

Gilbert is zelf het toonbeeld van die rust, die je overigens ook terugvindt in de inrichting van zijn praktijkruimte. 'De naam Slow Life is afgeleid van onthaasten', aldus Gilbert. 'Dan is het belangrijk dat mensen ook in een rustgevende omgeving belanden, waarin ze van mij oprechte aandacht ontvangen. Tijdens onze massages ervaren mensen hierdoor weer even totale rust, zijn er misschien even géén gedachten, hoef je even helemaal niets. Heerlijk!'

Een ontspanningsmassage of klankschaalmassage is niet alleen lekker en ontspannend, maar kan ook verlichting brengen bij bepaalde klachten, weet Gilbert: 'Zo had ik recent iemand met ADHD, die tijdens een klankschalenmassage even volledig gedachteloos was. Dit was hem nog nooit gebeurd. Omdat hij beroepsmatig veel mensen met het PTSS-syndroom (posttraumatische stressstoornis, red.) ontmoet, raadt hij deze massage nu ook aan hen aan. Daarnaast werkt een massage natuurlijk ook preventief, het laat de energie in ons lijf weer volledig stromen. Ik nodig mensen daarom van harte uit om eens zelf te ervaren wat het betekent om weer volledig te ontspannen.'

Lezersactie Bewust WL

Speciaal voor de lezers van Bewust WL heeft Slow Life een speciale aanbieding. Bij elke boeking via de website en onder vermelding van 'Bewust WL' ontvang je voor een standaard massage de uitgebreide ontspannings- of klankschaalmassage. Je kunt er ook voor kiezen om 10% korting op de standaardmassage te ontvangen.

PRAKTIJK SLOW LIFE

Vreeburghlaan 3a
's-Gravenzande
T 06 8317 7169
www.praktijkslowlife.nl