



Heike Katzmarzik
Bioenergetische Gesichtsmassage
für Kinder

**problemlos einschlafen – besser konzentrieren –
das Immunsystem aktivieren**

64 Seiten

12,5 x 18,5 cm, broschiert

7,95 € (D) / 8,20 € (A) / 12,90 sFr

ISBN 978-3-941837-27-0

Erscheinungstermin: 10. Juli 2011



Die sanfte Einschlaf- und Entspannungshilfe für Kinder

Schlafstörungen, Ängste, Konzentrationsprobleme – mit der **bioenergetischen Gesichtsmassage** nach Hartmut Fraas können Eltern solchen und ähnlichen Problemen ganz einfach entgegenwirken. Sie erleichtert Kindern das Einschlafen, unterstützt die Abwehrkräfte, fördert die Konzentration und stärkt die Eltern-Kind-Bindung.

Heike Katzmarzik zeigt, wie die Massage durch die Stimulation der Energiebahnen den ganzen Körper reguliert, veranschaulicht den Verlauf der verschiedenen Massagelinien und ihre Zuordnung zu den einzelnen Organen. Schritt für Schritt und anhand vieler Fotos erklärt sie den detaillierten Ablauf der 30-minütigen Gesichtsmassage, die für Kleinkinder ebenso wie für Grundschul Kinder geeignet ist.

Das Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit, das während einer liebevollen Streichelmassage entsteht und das zu einer tiefen Entspannung führt, wird sich auch im späteren Leben des Kindes positiv auswirken.

Heike Katzmarzik war mehr als zehn Jahre als Medizinjournalistin für verschiedene bekannte Fernsehsendungen tätig. Als Filmemacherin drehte sie neben medizinischen Sendungen auch einige Kinderfilme, darunter eine Folge der preisgekrönten ARD-Serie *Kein Tag wie jeder andere*. Die Autorin lebt in ihrer Wahlheimatstadt Köln.

