

Wie sieht eine Lorenga®-Anwendung konkret aus?

- Der Klient liegt bekleidet und optimal gelagert auf der Entspannungsliege.
- Zunächst erfolgt die Auswahl eines Aromaöls, das der eigenen Vorliebe entspricht.
- Vor der Durchführung des aufsteigenden Fußbades bekommt der Klient Informationen zu dessen Handhabung.
- Um einen optimalen Entspannungszustand zu erreichen, werden dem Klienten Kopfhörer angeboten. Auf diese Weise werden alle Alltagsgeräusche ausgeschaltet und sanfte, beruhigende Musik sorgt für ein wohliges Gefühl.
- Eine Augenaufgabe hilft, eine Ablenkung durch einströmende visuelle Reize zu vermeiden.
- Mit Hilfe eines in Aromaöl getränkten Wattepads wird der Klient auf eine angenehme Duftreise geschickt.
- Gleichzeitig werden die Füße behutsam mit einem warmen Fußbad stimuliert.
- An bestimmten Steuer- und Regelpunkten wird der Klient auf der Körperebene berührt.
- Nach der Anwendung ist genügend Raum für spontane Eindrücke gegeben. Aufgekommene Fragen über individuelle Befindlichkeiten dürfen geklärt werden.

Wo und wann sind wir in der Praxis anzutreffen?

Ausführliche Beratungs- und Informationsgespräche finden jeweils **mittwochs** von **13:00 Uhr bis 19:00 Uhr** direkt vor Ort in der Praxis von Frau Dr. Stauch statt. Lorenga® zum Schnuppern, Dauer 25 min 20,- €

Lorenga®-Anwendungen sind auch möglich für 2 Körperzonen (30 min), für 4 Körperzonen (60 min) und für 7 Körperzonen (1,5 Std.).

Anmeldung unter Tel. 09264/6560 oder direkt in der Praxis (ausgelegte Liste)
Informationen unter www.lorenga.de

Lorenga®-Trainer

Loretta Steinhäuser (links)

- Urheberin der Lorenga®-Methode
- Lehrkraft im Gesundheitswesen
- Gesundheitspraktikerin (BfG)

Monika Eckert (rechts)

- Lorenga®-Trainerin
- Ausbilderin



Die Lorenga®-Methode

nach Loretta Steinhäuser®

Wieder Balance ins Leben bringen nach einer
niederschmetternden Krebs-Diagnose.

Durch Steigerung des Wohlbefindens, Stärkung der eigenen Kraftquellen,
Regeneration und Förderung der Selbstregulierungskräfte
als multimodale Maßnahme in der Bewältigung.

IM LEBEN BLEIBEN – ZURÜCK INS LEBEN



*Bei jeder schweren Krankheit ist es wichtig,
den Körper und den Geist aufzubauen,
damit man wieder ganz in den Fluss des Lebens kommt.*



Lorenga®-Basics

Der Name Lorenga® steht für das auf Loretta Steinhäuser zurückgehende Rahmenkonzept. Er entstand aus dem Bedürfnis, in ihm die Erreichung des Ziels der Anwendung sichtbar werden zu lassen und das dahinterstehende Programm bereits im Namen erkennbar zu machen. Dazu ist der Name in seine Silben zu zerlegen:

- "Lo" steht für Loslassen
- "ren" vertritt den Begriff "Regeneration"
- "ga" meint "ganzheitlich gesund bleiben"

Lorenga® wurde im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie 2016 untersucht und der Beweis für eine Förderung einer multimodalen Entspannung erbracht.

Grundlage der Lorenga®-Methode ist die Salutogenese. Es steht nicht in erster Linie die Entstehung einer Erkrankung im Vordergrund, sondern es wird nach den Protektiv-Faktoren gefragt, die Ressourcen und Resilienzen darstellen, welche einer Person bei der Bewältigung zur Verfügung stehen. Das Gleichgewicht zwischen Gedanken/Gefühlen und Körper ist unerlässlich, um das gesamte Energiesystem im Körper in Balance zu halten.



Arbeitsmaterialien für den Lorenga®-Trainer



Bitte wählen Sie entsprechend Ihrer eigenen Art für sich das passende Aromaöl aus

Die 4 Säulen der Lorenga®-Methode

1. Die Musikanwendung mittels Kopfhörer sorgt für eine Tiefenentspannung.
2. Das passende Aromaöl führt zu einer Aktivierung und Steigerung des Wohlbefindens und des Aufbaus.
3. Das aufsteigende Fußbad aus der Hydrotherapie aktiviert die körpereigenen Kraftquellen.
4. Die Berührung des Menschen über die Steuer- und Regelpunkte bringt den Körper ins Gleichgewicht, unterstützt die Regeneration und regt die Selbstregulierungskräfte an.

Durch das harmonische Zusammenspiel der 4 Säulen werden bei der multimodalen Lorenga®-Anwendung alle Organsysteme des Körpers auf unterschiedliche Arten und Frequenzen stimuliert.

Gerade im Bereich der Onkologie, nach einer Tumor-Diagnose, braucht es u. a. eine ganzheitliche Betrachtung, um wieder Balance ins Leben zu bringen und die eigene Lebensqualität zu sichern.

Die Lorenga®-Methode schafft eine Balance zwischen Körper, Geist und Seele und reguliert somit das Zusammenspiel von Psyche, Nervensystem und Immunsystem in Bezug zum Körper. Diese Verbindung bildet die Basis unserer Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Regeneration.

Nutzen Sie Ihre eigenen Ressourcen, um Ihren Körper aufzubauen.

Das Lorenga®-Modell

