



## Varmt Välkommen till Frekvens Balansering med Biofeedback!

När kroppen får det den behöver med en näringsrik kost som innehåller mycket färsk frukt och grönt, tillräckligt med rent vatten, rörelse-motion, vila-sömn och är mentalt och känslomässigt i harmoni, fungerar dess försvar mot stress mycket bra.

Men i dagens samhälle upplever många av oss en underliggande stress som det kan vara svårt att bli av med. Fysisk och psykisk stress kan i det långa loppet orsaka en mängd obalanser i kroppen som den till slut inte orkar med att balansera på egen hand.

Obalanser som gör att virus, bakterier och toxiner kan få övertaget i kroppen. När vår omgivning och miljö, inre såväl som yttre frestar på, behöver den extra omsorg och hjälp på traven.

Kvantum biofeedback är en teknologi som är skapad just för att hjälpa kroppen att slappna av djupt in på cellnivå och påminna kroppen om dess medfödda, inneboende, förmåga till självläkning. Denna terapi hjälper dig att medvetandegöra blockeringar och minska djupt inneboende stress som kan ha funnits i kroppen under lång tid. Den är också förebyggande och hjälper kroppen att hjälpa sig själv.

Hur många balanseringar kroppen behöver är individuellt, men ju längre du haft obalansen desto fler balanseringar kommer troligtvis att behövas. Normalt rekommenderas minst 3 behandlingar.

Många känner en förbättring redan efter en balansering. Hur ofta är också individuellt och enligt dina önskemål. En gång per vecka kan vara bra om du har mer besvärande symptom, annars kanske 2–3 veckor mellan balanseringar är tillräckligt och på längre sikt kanske ett par gånger per år. Ungefär som att ta bilen till service!

Balanseringen kan utföras antingen på plats eller distans. Båda sätten är effektiva, men beroende på varje enskild individs önskan eller behov, kan det ena eller andra sättet vara att föredra.

### *Inför Balanseringen...*

Se till att du laddat ner frågeformuläret och medgivandet från LevoHela.com som finns på bokningssidan. Fyll i, signera och skicka tillbaka till mig – [annika@levohela.com](mailto:annika@levohela.com) - senast ett par dagar innan balansering.

Dagen då behandlingen görs är det viktigt att dricka extra mycket vatten och undvika stressande aktiviteter. När kroppen har en bra vätskebalans och inte känner för mycket stress, så blir behandlingen mer effektiv. Generellt kan du beräkna den vattenmängd som är lämplig genom att ta din kroppsvikt x 0,03. Nu får du fram den mängd vatten som är bäst för just dig.

Om behandlingen görs på distans skickar du ett nytaget foto av dig själv till nedanstående mejladress, gärna från samma dag. Jag ringer upp dig på utsatt tid för en sista avstämning. Väljer du att göra den på plats så hör av dig. Lokalen jag f n använder, ligger på bekvämt gångavstånd nära Huddinge station och centrum om du åker kommunalt (5 min).

Se närmare beskrivning på LevoHela's hemsida - <https://levohela.com/kontakt/>

Om du väljer att göra balanseringen på distans, ser du till att du kan vara ostörd under behandlingen och att du sitter eller ligger bekvämt, kanske med extra kuddar, en filt, avslappnande musik och eteriska oljor för att hjälpa dig slappna av så mycket som möjligt. Ta av smycken och alla metallföremål, stäng av mobilen och lägg den minst 3 meter ifrån din plats. Dessa kan annars störa balanseringen som är baserad på kvantfysiska elektro-

magnetiska frekvenser.

En behandling varar mellan ca 1.5–2 timmar. När behandlingen är klar ringer jag upp dig alternativt skickar ett sms med en uppföljning av behandlingen via mejl, med en rapport, som delger de resultatet som din kropp har förmedlat.

Många upplever en djup avslappning och ett lugn efteråt. Frekvenserna kan fortsätta att verka i kroppen i upp till en vecka, så var gärna extra observant på hur du mår och känner dig. Ibland kan frekvenserna aktivera en reningsprocess i kroppen, antingen direkt eller efter någon dag. Då är det extra viktigt att dricka mycket rent vatten för att hjälpa utrensningen. Symptom på balanseringen kan t ex vara huvudvärk och känslor som det kan vara svårt att se varifrån de kommer, men det är en del av upplösningen av blockeringar som börjat släppa. Inom några dagar känner många hur flödet i kroppen ökar och känner ett allmänt välmående. Reaktionerna kan ju naturligtvis variera från individ till individ.

*OBS – Det är viktigt att förstå är att det inte är instrumentet som utför ett läkande utan att det hjälper kroppen att hjälpa sig själv. Lite som att stämma ett piano. Balanseringen är alltså inte en diagnos och har du en allvarlig sjukdom så måste jag enligt lag hänvisa dig till en läkare. Endast läkare har rätt att bota sjukdomar.*

Jag erbjuder också en **fri 30 minuters konsultation** om du har fler frågor eller vill diskutera vilket fokus på balansering som kan vara mest till hjälp för just dig! Anmäl dig på hemsidan.

Varma hälsningar,

*Annika Andersen Laggoune*

Frekvensterapeut och coach

[annika@levohela.com](mailto:annika@levohela.com)

M:0760 386884