



Over José van Doorn



Ik ben **Jose van Doorn** en sinds 2014 in het bezit van het diploma Hbo-voetreflextherapie. Voor mij een nieuwe start.

Van oorsprong ben ik fysiotherapeute en als zodanig jaren met veel plezier werkzaam geweest. In die periode ben ik voor het eerst met voetreflextherapie in aanraking gekomen en was mijn interesse in de natuurgeneeskunde gewekt.

Zowel in mijn werkomgeving als mijn directe omgeving kreeg ik te maken met de ziekte kanker. Ik heb toen voor het eerst mogen ervaren hoe bijzonder het is iemand met een zachte massage te zien ontspannen.

Ik wil graag deze ervaringen gebruiken. Ervaringen die mij als mens en therapeut hebben gevormd. Ik ben mij verder gaan verdiepen in de natuurgeneeskunde door het volgen van verschillende cursussen. Het resultaat is mijn eigen praktijk: "VitaReflex"

Tarieven en aanvullende informatie vind je op:
www.vitareflex.nl

Heb je een aanvullende verzekering? Dan is het mogelijk dat de behandeling deels of geheel vergoed wordt. Je verzekeraar kan je hierover het beste informeren.

Mijn praktijk is gevestigd in zowel Breukelen als Uithoorn:

Breukelen
Scheendijk 21-2
3621 VC Breukelen

Uithoorn
Wiegerbruinlaan 8a
1422 CB Uithoorn

Worden je klachten niet genoemd en vraag je je af of ik iets voor je kan betekenen? Of is je interesse gewekt en wil je meer informatie? Neem dan gerust contact op.

tel. 06 5029 7536
www.vitareflex.nl
info@vitareflex.nl



VITAREFLEX IS AANGESLOTEN BIJ:



verwijsgids kanker

VitaReflex

LICHAAM IN BALANS



Samen werken aan een gezond
en evenwichtig lichaam:
Een lichaam in balans



Balans herstellen in het lichaam



Balans is het sleutelwoord voor goed functioneren. Die balans wordt verkregen door een evenwichtige energiestroom in ons lichaam. Als je goed in je energie zit dan zit je letterlijk lekker in je vel.

Zijn er blokkades in de energiecirculatie, dan ontstaan er klachten. Dit kunnen lichamelijke klachten zijn, maar ook mentale en emotionele klachten. Immers lichaam en geest zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden.

De insteek bij VitaReflex is het hervinden van die balans.

Hoe ga ik te werk?

Aan de hand van een gesprek, voorafgaand aan de behandeling, kijk ik welke massagevorm het best bij jouw persoonlijke situatie past. Er zijn verschillende mogelijkheden:

- **Voetreflexmassage**
- **TuiNa** (*Chinese lichaamsmassage*)

Specifiek voor iemand met de ziekte kanker:

- **Massage bij Kanker**
- **OncoReflex@massage**

Voetreflextherapie



Onze voeten vormen als het ware de spiegel van ons lichaam. Elk orgaan of orgaanstelsel in het lichaam is terug te vinden op de voet. De plaats waar dat orgaan op de voet terugkomt, noemen we een reflexzone. Door de reflexzones te masseren, zorg je voor een goede doorstroming van energie. Voetreflextherapie ontspant en verhoogt het zelfgenezend vermogen en je weerstand. Je voelt je vitaler!

TuiNa (Chinese lichaamsmassage)



Alle (massage)wijsheid komt uit het Oosten! Zo ook de Tuina massage. Tuina massage kent veel verschillende massages en richt zich op het beïnvloeden en in balans brengen van de energie in ons lichaam. Het is gebaseerd op het meridiaansysteem. Meridianen zijn de transportwegen van de energie die wij nodig hebben om goed te kunnen functioneren.

Voetreflextherapie en/of TuiNa kunnen verlichting bieden bij diverse klachten zoals:

- Rugklachten
- Huidproblemen
- Slaapproblemen
- Burn-out en stress
- Hormonale klachten
- Hoofdpijn of migraine
- Spijsverteringsklachten

Massage bij Kanker



Op het moment dat je de diagnose kanker krijgt, staat je wereld volledig op zijn kop. Je lichaam raakt door de behandeling vaak behoorlijk uit balans. Niet alleen lichamelijk, maar ook geestelijk.

Massage geeft geen genezing, maar biedt ontspanning en verbetert de kwaliteit van leven. Een massage helpt je het contact met je lichaam te herstellen, waardoor je lichaam niet nog verder uit balans raakt.

Een massage kan symptomen als pijn, misselijkheid, vermoeidheid, slapeloosheid, angst en stress verminderen. Het mag in elke fase van de ziekte gegeven worden en wordt afgestemd op je persoonlijke conditie.

Oncoreflex@massage

Specialisatie in de voetreflextherapie, afgestemd op de oncologische patiënt. Verdere informatie: zie voetreflextherapie en massage bij kanker.

Ik ben lid van het *Netwerk Massage bij Kanker* en sta vermeld in de digitale *Verwijsgids Kanker* (www.verwijsgidskanker.nl) en Kanker.nl, initiatief van o.a. IKNL, KWF, VUMC.

