

Mit Reflexologie wird der Körper angeregt, sich selbst zu helfen

„Ich möchte Leute wach machen ...“

Jeder sollte seinem Körper und Geist täglich etwas Gutes zukommen lassen, dabei auf Körpersignale hören und sich selbst neu erfahren lernen.

STRIESEN. Silke Steinfatt stammt vom Darß, liebt das Barfußgehen und die ländlich idyllische Umgebung ihrer Kindertage. Als diplomierte Reflexologin erschließt sie heute Klienten in der Fetscherstraße 24 eine neue Welt des Wohlbefindens an Körper und Geist.

„Eine Freundin massierte mir meine Füße, als ich etwas down war“, erinnert sich Silke Steinfatt, „und was ich dabei erlebte war einfach wunderbar, ein tolles Gefühl, das ich nicht einordnen konnte, befreiend und einfach schön.“



Silke Steinfatt bereitet in Erwartung einer Klientin ein spezielles Öl aus ökologischem Anbau vor. Foto: Kofahl

Sie entdeckte diesen positiven Umgang mit dem Körper für sich und andere, absolvierte Lehrgänge und Prüfungen. Als Reflexolo-

gin nutzt sie Lehren der Gesundheitsvorsorge bereits vergangener Kulturen, die unser Wohlbefinden steigern sollen und dabei dem

Organismus neue Energien zuführen. Sie vermittelt Massagetechniken, verwendet ätherische Öle und gibt Tipps zum Gebrauch von Ölen im Haushalt, beim Kochen oder am Arbeitsplatz. „Ich möchte Leute wach machen und sie für ihren Körper sensibilisieren“, beschreibt die junge Frau ihre Tätigkeit.

Leute aller beruflichen Schichten, mehr Frauen als Männer, vom hochangebundenen Manager über junge Unternehmer bis hin zum Rentner nehmen diese Dienstleistung für sich in Anspruch. „In unserer hektischen Zeit sollte man sich gut überlegen, welche Fitnesswahl man trifft, denn es gilt für sich Kräfte zu sammeln und diese dabei nicht auszu-powern“, rät Steinfatt. **(kof)**