

# - Ta vare på deg selv

- Ta vare på deg selv, er oppfordringen fra Torill Bratt Hånssett. Hun driver med både helhetsmassasje, otopati, reiki og kurs i baby massasje.

Torill Bratt Hånssett bor i Paviljongen 4 på Refsnes. Her har hun også sitt enmannsforetak hvor hun hjelper folk med å få bukt med diverse plager, og til å finne den indre roen.

- Helhetsmassasje er massasje av hode, nakke og rygg med oljer. Behandlingen blir gitt i rolige omgivelser og skal gi den enkelte et pusteroom, samt hvile og ro i hverdagen, forteller Torill.

## Jobber med hendene

- Ved en Reiki-behandling bruker jeg også bare hendene og går gjennom forskjellige punkter på kroppen til personen på benken. I denne behandlingen brukes ikke oljer, fortsetter hun.

Torill B. Hånssett holder også lærerseminarer og er ReikiMaster slik at hun kan lære opp andre i dette faget. Hovedtanken i alle hennes behandlinger er at de skal gi omsorg og ro i hverdagen for den enkelte.

Otopati er rens av ørene og fjerning av ørevoks ved hjelp av ørelys og massasje. Dette er en behandling som renser øregangene og virker på øre-, panne- og bihuleområdet.

I tillegg til dette holder Torill også kurs i baby massasje.

- Baby massasje er en god mulighet til å bli bedre kjent med barnet sitt. Jeg mener det er ekstremt viktig å respektere barnet og signalene det gir deg. Gjør man det vil barnet si i fra de gangene det føler at det ikke blir respektert, sier hun.

Kursene foregår i små grupper der Torill demon-



Torill Bratt Hånssett.

strerer teknikkene og strøkene på en dukke.

- Det er ikke meningen at jeg skal massere barna, det skal foreldrene lære å gjøre selv. Massasjen er en fin måte for far å få et mer intimt forhold til barnet sitt på, og det på et tidlig tidspunkt, fortsetter hun, og legger til at

hun kan supplere med både fransk og engelsk om noen skulle ha problemer med å forstå norsk.

Hun setter også av tid til en samtale både før og etter en helhetsmassasje. På denne måten finner hun ut hvilke plager kundene hennes har, og blir litt bedre kjent

med dem.

## Forebyggende

Man trenger ikke vente til kroppen slår seg helt vrang før man oppsøker behandling hos Torill.

- I disse nedgangstider er det kanskje lurt å ta litt bedre vare på seg selv. Mine be-

handlingsformer virker også forebyggende, sier hun.

Mer informasjon om hennes tilbud finner du på [www.torillbratt.no](http://www.torillbratt.no)

Camilla Årvik

[camilla@moss-dagblad.no](mailto:camilla@moss-dagblad.no)