

DIE STIFTUNG dōTERRA HEALING HANDS



dōTERRA Healing Hands bringt der Welt Heilung und Hoffnung, indem sie Gemeinschaften auf der ganzen Welt die richtigen Werkzeuge für mehr Eigenständigkeit an die Hand gibt. Durch Projekte wie Vergabe von Kleinstkrediten, Zugang zu medizinischer Versorgung, Bildung, Hygiene, sauberem Wasser und der Bekämpfung von Kinderprostitution werden Menschen handlungsfähig gemacht und viele Verbesserungen erzielt.

www.doterrahealinghands.org

DAS PROJEKT HELPING TOUCH

Wir wollen unseren Teil dazu beitragen, das Leben von Menschen zu verbessern, die nicht so viel Glück wie wir haben. Und das geht so:



Du bekommst eine AromaTouch Handanwendung mit ätherischen Ölen. Das dauert etwa 10 Minuten und im Vergleich zu einer Handmassage, macht der Einsatz der dōTERRA Öle bei der Anwendung einen großen Unterschied. Wenn Du magst, spendest du 5 Euro (gern mehr!) per Überweisung auf das Spendenkonto des gemeinnützigen Vereins Dufte Hände e.V. Oder diejenige, die dir die Anwendung gibt, übernimmt das für dich.

Spendenkonto Dufte Hände e.V.
IBAN: DE14 2135 2240 0179 2345 62

BIC: NOLADE21HOL

Der Verein überweist das Geld dann monatlich gesammelt und ohne Abzüge an dōTERRA Healing Hands. Das Geld kommt zu 100 Prozent bei den Menschen an, für die es gedacht ist. Sämtliche Verwaltungskosten übernimmt dōTERRA.

www.helping-touch.com

helping touch



MENSCHEN BERÜHREN – MENSCHEN HELFEN

Viele weitere
Informationen und
Videos über helping touch
findest Du auf

www.HELPING-TOUCH.COM



SO EINFACH GEHT'S:

1. AUFTRAGEN DES ÖLS

Eine kleine Menge Öl auf die Handfläche des Empfängers auftragen und gleichmäßig verteilen.



2. HANDRÜCKENGEWEBEBEDEHNUNG

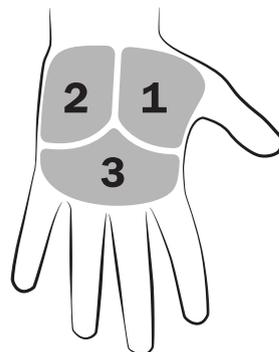
1. Halte mit beiden Händen die Hand des Empfängers mit dem Handrücken nach oben fest, wobei deine Daumen oben aufliegen.



2. Benutze deine Daumen, um das Handrückengewebe von der Mitte nach außen zu dehnen, beginnend am Handgelenk bis hin zu den Knöcheln.

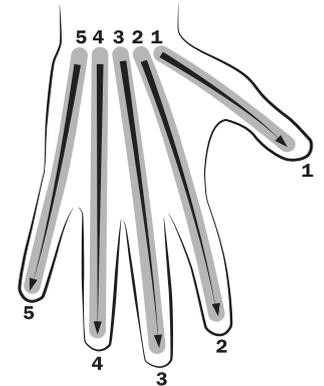
3. REGIONALE GEWEBEBEDEHNUNG

Drehe die Handfläche des Empfängers nach oben. Benutze deine Daumen, um mit entgegengesetzten Kreisbewegungen und mittlerem Druck, methodisch durch alle drei Regionen zu arbeiten, beginnend mit Region 1. Achte darauf, die gesamte Oberfläche jeder Handregion zu bearbeiten.



4. PRÄZISE ZONENAKTIVIERUNG

Benutze deine Daumen, um durch alle fünf Zonen der Hand zu arbeiten. Beginnend in Zone 1, platziere deine Daumen auf das obere Ende der Hand des Empfängers, am Anfang des Handgelenks, und ziehe deine Daumen abwechselnd durch Zone 1, bis hin zur Fingerspitze. Wiederhole dieses Verfahren durch alle fünf Zonen, dreimal in jeder Zone.



5. DEHNUNG ZWISCHEN DEN FINGERN

1. Mit der Handfläche des Empfängers nach oben gerichtet, greife das Handgelenk mit der Hand.

2. Nutze deine freie Hand, um das Gewebe zwischen den einzelnen Fingern von der Hand in Richtung der Fingerspitzen zu ziehen, indem du es mit deinem Daumen und Zeigefinger greifst und durchgleiten lässt.

3. Wiederhole diesen Vorgang dreimal, bevor du zwischen den nächsten Fingern beginnst.

