

Bok: "Arbeta med beröring"

Ny spennende forskning viser at aktivisering av berøringssansen kan lindre uro, angst, smerte og stress.

Boken tar for seg kroppsoppfattelsens betydning og praktiske eksempler på hvordan denne kan styrkes gjennom metoden "Taktipro". Spørsmål og refleksjoner etter hvert avsnitt og instruksjon for enkel ryggmassasje.

Siv Ardeby, sykepleier og bokens forfatter, har utviklet metoden og har benyttet den i sitt arbeide med mennesker i alle livets faser.

