

NAURUTERAPIA TEKEE HYVÄÄ KOKO KEHOLLE

Tiesitkös, että nauraminen:

- on mukavaa ja hyvin tarttuvaa,
- saa kehon tuottamaan onnenhormoneja, omaa luonnollista kipulääkettä, joka nostaa kipukynnystä,
- on suolistosi luonnollinen hieroja,
- panee vatsan toimimaan,
- tekee hyvää väsyneelle selälle,
- vapauttaa jännitystä kehostasi sekä kasvoiltasi (virka-ilme, pokerinaama),
- poistaa tehokkaasti pelkotiloja,
- lähentää vieraita ihmisiä keskenään.



TULE KERTOMAAN - KUULEMAAN - NAURAMAAN - KOKEMAAN

ALOITETAAN VAROVASTI HYMYLLÄ...

Nosta hiukan toista suupieltä - ihan vähän,
nosta myös toista - voi - ei yht' aikaa.

Avaa sieraimia ja nostele kulmakarvoja.

Päästä pieni korkea: hyhyhy tai HIIHIIHII

sitten matalampi: HAHAHA-HEHEHE-HOHOHOOO.

Koita hyppiikö aataminomenasi ja

katso vatsaasi: sen tulee hyllyen hytkyä.

Avaa nyt vyö ja kiristävät vaatteet - puuh -
anna naurun levitä hersyen koko naamalle.

Älä pidättele - naura niin, että raikuu...

Katso ja kuule, se tarttuu - myös puhelimessa.



Anne Hietanen

GSM 040-7222 043 ja 050-505 5850

Fax 09-726 0727

PL 86, 00101 HELSINKI

www.annehietanen.com