



WORKSHOP ZOU'T!

Word weer energiek en fit met gezonde dagelijkse gewoonten.

GOED NIEUWS

9 Miljoen Nederlanders kampen met ziekten die in 50% van de gevallen te maken hebben met de leefstijl.

De kansen om zelf de gezondheid te verbeteren liggen voor het grijpen.

Niemand hoeft zich neer te leggen bij chronische ontstekingen, suikerziekten, hoge bloeddruk of andere kwalen die te maken hebben met de leefstijl.

Binnen een paar weken of maanden kan je weer in weer fit zijn.

De workshop is gebaseerd op mijn kennis, persoonlijke ervaringen en visie.

Binnen een paar maanden werd ik weer gezond en fit en dat kunnen anderen ook.

Daarom en daarover schreef ik Zou't! en geef ik workshops.

INHOUD WORKSHOP ZOU'T!

Ik leg in makkelijke woorden uit wat de relatie is tussen de leefstijl en chronische kwalen. Waarom worden we massaal gekweld door ontstekingen, hart- en vaatziekten, suikerziekte, slapeloosheid, angsten of chronische vermoeidheid.

Maak gebruik van tips, adviezen, inzichten en leer wat jou het beste past. Trek je plan en ga zelf aan de slag.

WINSTPAKKER!

Er is veel winst te halen uit een betere leefstijl, zowel voor de patiënt als de werkgever.

Een gezonde leefstijl kan re-integratie versnellen en langdurige uitval voorkomen.

De middelen en methoden zijn eenvoudig en voor iedereen toegankelijk.

MAATWERK

De workshop kan aan uw wensen worden aangepast.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen via onderstaande gegevens.

CONTACTGEGEVENS LOES VISSER

l.visser36@upcmail.nl

06 533 808 49.