



WORKSHOP ZOU'T!

- 10 miljoen Nederlanders hebben een chronische kwaal die in 50% te maken heeft met de leefstijl.
- De kosten van uitval door langdurige ziekten en re-integratie kunnen drastisch omlaag door een andere leefstijl.
- Binnen een paar maanden kunnen kwalen door een andere leefstijl verminderen of verdwijnen.

Wat kan men zelf doen en wat biedt de workshop voor tools?

- Binnen een paar maanden kunnen kwalen door een andere leefstijl verminderen of verdwijnen.
- Uitleg over de relatie tussen leefstijl en het ontstaan van chronische kwalen zoals hart- en vaatziekten, suikerziekte, langdurige ontstekingen, slapeloosheid, angsten en vermoeidheid.
- Analyse over gezonde en ongezonde dagelijkse gewoonten.
- Verandering van mindset, kansen en eigen verantwoordelijkheid.
- Middelen en methoden zijn eenvoudig en voor iedereen toegankelijk.

Maatwerk

De workshop is maatwerk en wordt aan uw omstandigheden en wensen aangepast.

Contact

Voor meer informatie en offertes kunt u contact opnemen:

www.zou-t.nl

l.visser36@upcmail.nl

06 533 808 49