

Voor wie?

Voelt u zich zonder duidelijke reden niet fit?
Heeft u vaak een opgeblazen gevoel na de maaltijd?
Voelt u zich gejaagd of gespannen?
Slaapt u onrustig?
Heeft u regelmatig antibiotica nodig?
Heeft u last van de overgang/hormonen?
Kunt u wel een positieve boost gebruiken?
Vindt u het moeilijk om sporten vol te houden?
Heeft u een ander probleem waar u niet verder mee komt?
Of bent u nieuwsgierig hoe uw lichaam er voor staat?

Dan is een afspraak bij De Voedingsbron iets voor u!



"Ongelofelijk dat ik van mijn hoofdpijn af ben door een aantal voedingsaanpassingen."

"Dankzij de ademhalingsoefeningen slaap ik weer de hele nacht door en word ik fit wakker."

Therapeut

Mariël Schmaal-Timmer

Kosten

1ste consult ± 1½ uur € 95,-
Vervolgconsult ± 1 uur € 60,-

Excl. eventuele kosten voor supplementen.

Vanuit de aanvullende verzekering wordt een deel van de kosten vaak vergoed; informeer bij uw zorgverzekeraar.

Betaling na afloop van het consult (pinnen of contant).

MBOG-lid 560 TL

Maatschappij ter Bevordering van de Orthomoleculaire Therapie

Locatie

Gezondheidscentrum Provitaal
Meidoorlaan 2
9651 AX MEEDEEN

Telefoon

0598 613172

Email

praktijk@devoedingsbron.nl

Website

www.devoedingsbron.nl



DE VOEDINGSBRON

Gezonde voeding
Ademhaling
Ontspanning
Beweging
Beleving

De bron van leven!

Gezond leven? Maak een afspraak!



Praktijk De Voedingsbron

Gezonde voeding

Geen diëten, geen calorieën of punten tellen maar *leren* wat de bouwstoffen zijn van goed en gezond eten en wat ons lichaam nodig heeft, dat is

Orthomoleculaire Therapie.

Voeding is van groot belang bij vermindering van lichamelijke klachten, een betere weerstand, goede concentratie en een beter humeur.

Mijn naam is **Mariël Schmaal-Timmer**, als **Fysiotherapeut en Orthomoleculair Therapeut** heb ik vele opleidingen en cursussen gevolgd.

Mijn missie is te zorgen voor gezonde voeding in de breedste zin van het woord:

Eten en drinken maar ook ademhaling, ontspanning, beweging en beleving, *dat* is de bron van gezond leven!

Maaakt u bij mij een afspraak? Dan kijken we d.m.v. een uitgebreide intake en Prognos meting hoe we uw bron van leven kunnen verbeteren!

Praktijk de Voedingsbron..

..voor een gezonde balans..

Ademhaling

De adem is een spiegel van jezelf, het vertelt iets over jezelf en je manier van leven.

Adem- en ontspanningstraining is een middel om pijn en stress te verminderen. Hierbij gaat het om loslaten van overbodige spanning.

Beleving

Leef je met **aandacht** in het heden? Of zijn je **gedachten** vaak bij het verleden?

Zelfmanagement technieken leren je leven te beleven.

Lichaamsbeweging

Bewegen bestrijdt gezondheidsproblemen, geeft energie, verbetert het humeur en stimuleert het slapen. Ik kan u adviseren welke vorm en frequentie van bewegen het beste bij u past.



..tussen lichaam en geest.

