



Wat is een gezonde ademhaling?
Welke klachten krijg je door verkeerd ademen?
Hoe verminder je klachten via je ademhaling?

Donderdagavond
9 april 2020
19:30 - 21:30 uur

Kom naar onze informatieavond met nuttige tips, vol is vol!

De Gezonde Ademhaling



Doel

Wat betekent de ademhaling voor onze gezondheid

Ademcheck

Nuttige tips

Achtergrond informatie



Info-avond

Hoe wordt je ademhaling gezonder

Andere visie op gezondheidsklachten

Ervaringen delen

Handige oefeningen om mee aan de slag te gaan



Spreekers

Buteyko specialist en euritmitherapeut
Johannes Treuren

Gespecialiseerd diëtist: Dokter BLOEM®
Nelleke Dillema

Dokter BLOEM® Leefstijlkliniek wil een gezondere samenleving met minder medicijnen

Locatie : Gezondheidscentrum Vijverstaete
Piet Heinstraat 11, Zutphen
Datum : Donderdag 9 april
Tijd : 19:30 - 21:30 uur
inloop met koffie en thee om 19:15 uur

Aanmelden is wenselijk maar hoeft niet.

Mail naam, e-mailadres en evt. functie naar gezond@dokterbloem.nl

