

RECHTSTREEKSE AANPAK VAN KLACHTEN DOOR VOEDING

Klachten, die gerelateerd zijn aan een ziekte of situatie, kunnen vaak door interventie met de juiste voeding, ondersteund met voedingssupplementen worden behandeld. Er zijn meer dan 1000 gerichte recepturen beschikbaar voor specifieke klachten, gebaseerd op wetenschappelijke literatuur. De resultaten zijn vaak uitstekend. Het is de moeite waard om orthomoleculaire therapie te doen.

WANNEER BEN JE KLAAR MET ORTHOMOLECULAIRE THERAPIE?

Juiste voeding is je leven lang belangrijk. En het wordt belangrijker naarmate je ouder of kwetsbaarder bent. En vooral werkt het preventief en zal je beter in conditie houden of weer brengen. Ook voor je omgeving zal je wijsheid veel goed doen.

WAT IS HET EFFECT VAN VOEDINGS-INTERVENTIES?

Het effect is duidelijk merkbaar in een toename van je energie, je vitaliteit, het verdwijnen van klachten, meer bewegingsruimte, een betere houding, allergieën kunnen verminderen, de stoelgang verbetert, je wordt blijer. Je functioneert beter en levendiger. Je hebt een minder grote kans op hart- en vaatziekten, diabetes e.d.

WAAR KAN JE TERECHT VOOR EEN CONSULT?

Voor afspraken en behandelingen kun je terecht bij Marian Klein Breteler. Zij is geregistreerd orthomoleculair therapeut, lid van de MBOG (Maatschappij ter Bevordering van Orthomoleculaire Geneeskunde).

N.B. Behandelingen worden vergoed door zorgverzekeraars, afhankelijk van uw type verzekering.



VOOR INFORMATIE EN AFSPRAKEN:

**BEL: 071-4019111
OF 06-22755122**

WWW.INTERRELATIONS.NL

drs. Marian Klein Breteler

Orthomoleculair therapeut (lid MBOG)
Erkend Kinesioloog (lid BvK)
Touch for Health Instructeur (IKC-member)
Neuro Organisatie Techniek (N.O.T.)
Gecertificeerd Facilitator Transformatiespel
Registertherapeut RBNG
Erkend door zorgverzekeraars.

INTERRELATIONS

werkt samen met praktijk Beethoven onder de naam:
Praktijk voor Natuurgeneeskunde 'Terwee 86'

Praktijkadres: Terweeweg 86 2341 CV Oegstgeest
Kantooradres: Jac.P. Thijsselaan 20 2341 PC Oegstgeest
Tel: 071-4019111/ 06-22755122
ING-bank no: 7741791
KvK te Leiden no: 280-75796
mkb@interrelations.nl en www.interrelations.nl

INTERRELATIONS

CURSUS ORTHOMOLECULAIRE VOEDING



PRAKTIJK VOOR NATUURGENEESKUNDE 'TERWEE 86'

ORTHOMOLECULAIRE GENEESKUNDE
PROFESSIELE KINESIOLOGIE

CURSUS ORTHOMOLECULAIRE VOEDING

ORTHO MOLECULAIRE GENEESKUNDE

WAT IS ORTHOMOLECULAIRE GENEESKUNDE?

Orthomoleculaire geneeskunde tracht het optimale milieu voor de lichaamscellen te herstellen door, rekening houdend met de individuele behoeften, op moleculair niveau tekorten aan te vullen en onevenwichtigheden te corrigeren. Ortho staat voor recht, juist of gezond. Moleculaire, betekent op molecuul niveau.

WAAROM IS ORTHOMOLECULAIRE VOEDING BELANGRIJK?

Met het optimaliseren van de voeding ontstaat een optimalisering van de cellen, dus van fysieke gezondheid. Dat geeft een positief effect op het hele individu. Er bestaat een belangrijke relatie tussen voeding en ziekten, is gebleken uit wetenschappelijk onderzoek. Juiste voeding heeft een sterke regulerende werking en geeft herstel van de gezondheid. Het heeft een grote preventieve kracht en kent geen bijwerkingen.

De westerse voeding is vooral op smaak gericht en bevat veel kunstmatige toevoegingen. Maar hoe zit het met de vertering en opname? Uit oogpunt van voedingswaarde is er veel gedegenererd en gedatureerd voedsel op de markt. Dat maakt het verwerken van het voedsel door het lichaam moeizamer en de keuze van eten belangrijker.

ORTHOMOLECULAIRE VOEDING EN SUPPLEMENTEN

Vroeger waren er bekende gebreksziekten van mineralen en vitamines, zoals scheurbuik (Vit C tekort). Dat betekent dat er sprake is van een absoluut tekort. In onze tijd is er vaak sprake van een relatief tekort, d.w.z. het lichaam heeft over minder voedingsstoffen de beschikking dan nodig voor een optimale werking. Het lichaam gaat compenseren. Ook dat merk je aan je conditie (je energie). Voedingssupplementen kunnen een nuttige aanvulling leveren van de benodigde lichaamseigen stoffen in geconcentreerde vorm.

Naast 'juiste' voeding is het ook van belang om zo weinig mogelijk schadelijke stoffen binnen te krijgen. Er zitten veel toevoegingen in voedsel, E-nummers, kleurstoffen, e.d. en vaak ook resten van chemische bestrijdingsmiddelen, hoe weinig ook. Het lichaam moet dan ontgiften. Verontreinigingen, zoals zware metalen kunnen opgeslagen worden in vetweefsel en accumuleren. Organen kunnen van het verwerkingsproces uitgeput raken. Je lichaam kan dichtslippen. En dat merk je aan je conditie.

DOEL VAN DE CURSUS

Het doel van de cursus is om je te helpen bij de keuze van gezonde voeding en levensstijl. Zo krijg je een beeld van wat goede voeding is en hoe je dagelijkse maaltijd eruit ziet. Je kunt voor je zelf een goed plan maken en je krijgt advies over voedingssupplementen. De cursus geeft inzicht in verschillende levensfasen en omstandigheden en wat je met voeding kunt doen om gezond te blijven (worden). Het is natuurlijk prachtig als je deze kennis ook aan je omgeving kan doorgeven. Let wel: 'Je bent wat je eet'!

CURSUS INHOUD :

Er wordt regelmatig een dag georganiseerd. Het **programma** bevat onder meer:

1. Gezonde basisvoeding en leefstijl: hoe doe ik dat elke dag, heel praktisch en gezond?
2. Een goed weekmenu en hoe verander ik mijn eetpatroon en life style?
3. Thema's : Voedingsallergieën, de oude dag, life extension, overgewicht, diabetes 2, hart en vaat problemen, hoge bloeddruk, opbouw spieren en sportbegeleiding, huidproblemen, moe voelen, darmproblemen, candida, etc....
4. Wat (en waar) koop ik dat het beste voor mij en mijn gezin, met aandacht voor úw eigen situatie en hoe bereid ik het eten het beste?

Onder meer worden technieken uit de Kinesiologie in de lessen ingezet ter ondersteuning van het proces.

VOOR WIE IS DE CURSUS BEDOELD EN INSCHRIJVING

Voor iedereen die aan zijn of haar gezondheid wil werken, dan wel door goede keuzes zelf daaraan wil bijdragen, of aan die van anderen. Geïnteresseerden kunnen zich aanmelden via de website www.interrelations.nl , per telefoon of direct per email (z.o.z.)

CONSULT:

Voor persoonlijke begeleiding bij ziekteprocessen. Voedingsinterventies hebben zeer goede resultaten. Orthomoleculaire geneeskunde wordt niet voor niets ook wel 'voedingsgeneeskunde' genoemd. U kunt altijd een persoonlijk consult aanvragen. Z.o.z..

I N T E R R E L A T I O N S