Apeiron-Vitaal
Praktijk en opleiding voor natuurlijke geneeswijzen

# Lezing : Heel je Hart

Leven met heel je hart en jouw passies en dromen verwezenlijken? Dat kan! Maak daartoe kennis met het Leefstijlprogramma om je Hart optimaal te verzorgen en heel te houden en zo je Leven te verbeteren. Leer duurzame keuzes maken die een goed gevoel en plezier geven, omdat ze naar je hart zijn. Dit programma is aan te bevelen voor iedereen die zijn Hart gezond en in topconditie wil houden. Overschrijf de ziekmakende genen die hier een rol bij spelen door in de geest van Bruce Lipton te werken aan de volgende vier belangrijke, essentiële Levensterreinen:

1. **Voeding en Kruiden**
   Goed en gezond eten met o.a. de juiste omega's in de juiste verhouding. En gezonde Hartversterkers. En uiteraard de beste Kruiden voor Hart & Vaten.
2. **Stressmanagement**
   Een korte en helende oefening om je hart heel te maken en te houden door je stresspatroon in Vrede van en voor je hart te herschrijven.
3. **Liefdevolle en Ondersteunende Relaties**
   Hoe kunnen we de helende kracht van liefde en intimiteit in ons leven vergroten? Zodat we daarna onze gezondheid, vreugde en betekenis in ons leven verhogen?
4. **Natuurmeditatie**
   Opnieuw contact maken met die plek van vrede diep in ieder van ons. Balans vinden en onze binnenwereld verkennen.

Door de toepassing van dit Leefstijlprogramma voor Hart & Vaten begin je je meteen beter te voelen. Je kunt dan met recht zeggen:
***''Ik heel mijn hart en transformeer mijn leven!''***

| | | |
|---|---|---|
| **Plaats** | **:** | **Apeiron – Vitaal**<br>**Winkelveldstraat 5, 5916 NX, Venlo** |
| **Datum en tijd** | **:** | **Dinsdag 7 april 2020 van 20.00 – 22.00 uur** |
| **Kosten** | **:** | **Euro 25,= (Incl. Reader, Thee en Iets lekkers in de Pauze)** |

*Welkom bij Henny Schopman & Herman Gommans*

**Opgave kan persoonlijk of via info@apeiron-vitaal.nl**
**of via M: 06 – 48 25 46 50**