

## Wat houdt de kuur in?

De zomer loopt ten einde en de herfstperiode breekt aan. Net als in de natuur is het de tijd om ons lichaam klaar te maken voor de winter.

In de herfst gaat het er om ons immuunsysteem te versterken voordat de koude periode begint. Omdat 80% van ons immuunsysteem afhangt van een gezonde darm kunt u zich voorstellen dat de nadruk van deze kuur ligt op de darm, slijmvliezen en de lymfe. Daarnaast is het bijzondere van deze kuur dat de herfst een goede tijd is om het lichaam te helpen te ontgiften (net als in het voorjaar).

Voor het ontgiften kiezen wij voor een combinatie van een natuurgeneeskundige behandeling met verschillende massagevormen. Wat bij de natuurgeneeskundige wordt aangezet, wordt bij de masseur in beweging gebracht en versterkt. Het is een heerlijke manier om u voor te bereiden op de winter.

## Natuurlijke herfstkuur

In het kort: De kuur is opgebouwd uit 3 stappen waarbij u bij iedere stap eerst een natuurgeneeskundige behandeling ondergaat. Daarna wordt u in de massagepraktijk op verschillende manieren gemasseerd: zuurstof en voeding bereiken de organen en afvalstoffen worden afgevoerd.

## Adres gegevens

Praktijk Aanvullende Gezondheidszorg	VOEL Massages
Anja Hergaarden	Lars Manten
Laan Eindeloos 39	G.H. Hoijtinkstraat 79
1851 ZM Heiloo	1827 PM Alkmaar
072 532 2488	06 2464 1312
<a href="mailto:info@p-a-g.nl">info@p-a-g.nl</a>	<a href="mailto:lars@voelnu.nl">lars@voelnu.nl</a>
<a href="http://www.p-a-g.nl">www.p-a-g.nl</a>	<a href="http://www.voelnu.nl">www.voelnu.nl</a>

## Een vitale winter!

Hoe maakt u zich klaar voor de winter?

**Een natuurlijke HERFST-kuur**  
Natuurgeneeskundige behandeling  
in combinatie met diverse  
massagevormen.

Maak uzelf fit voor  
de winter!

*Disclaimer: De hier verstrekte informatie en verklaringen zijn geen vervanging voor een medische behandeling. Het reguliere systeem erkent geen bewijs van werkzaamheid dat niet overeenkomt met hun materialistische ideeën. Wij mogen geen belofte van genezing geven.*

© Sept 2018

## Stap 1- week 1 & 2:

Als voorbereiding voor het lichaam ligt de nadruk van de behandelingen op een goed werkend lymfesysteem, zodat vrijgekomen afvalstoffen kunnen worden afgevoerd.

### **De natuurgeneeskundige behandeling:**

Door een energetische test wordt gekeken hoe de lymfe en het immuunsysteem functioneren en of deze ondersteuning nodig hebben in de vorm van supplementen.

Er worden voor u persoonsgebonden druppels gemaakt. Dit wordt ondersteund met behandeling via (pijnloze) oorpunctuur.

### **De massage:**

Na de natuurgeneeskundige aanzet wordt door massage het lichaam in beweging gezet. De eerste massage is gericht op het activeren van de lymfestroom. Lymfe wordt afgevoerd via een netwerk van lymfevaten naar de lymfeklieren. Lymfeklieren zuiveren de lymfe en produceren afweercellen. De massage helpt de lymfestroom te versterken. Deze zachte manier van massage wordt uitgevoerd op de benen, armen of het hoofd.

## Stap 2- week 3 t/m 6:

Nu de lymfestroom op gang gekomen is gaan wij de darmen en slijmvliezen ondersteunen.

Darmen beschermen ons en helpen binnenkomende stoffen te filteren; darmen zijn het belangrijkste voor ons immuunsysteem.

### **De natuurgeneeskundige behandeling:**

Via de energetische test wordt gekeken of er veranderingen zijn ontstaan. Er wordt specifiek gekeken naar de darm: de slijmvlieswanden en de bacteriële flora. Er wordt een passend middel uitgetest en u krijgt orgaan ondersteunende druppels. De oorpunctuur is er op gericht om de energie van de darmen beter te laten stromen.

### **De massage:**

Deze massage richt zich vooral op het stimuleren van de darmen, longen en huid. Dat kan door verschillende massages ondersteund worden. Samen beslissen we welke massage het meest geschikt is voor dat moment en waar u zich het prettigst bij voelt. Het meest directe is een massage van de buik. Er kan ook gekozen worden om dit gebied via het hoofd, handen of voeten te behandelen. Deze indirecte massages hebben ook een enorme doorwerking op de darmen, longen en huid.

## Stap 3- week 7 & 8:

Inmiddels heeft het immuunsysteem zich al kunnen opbouwen. De organen die nu aan bod komen zijn de lever, galblaas en de nieren.

### **De natuurgeneeskundige behandeling:**

De energetische test is nu uitgebreid met het onderzoek op de lever, galblaas en nieren. Natuurlijk worden het immuunsysteem en de darmen erbij betrokken. Met een passend middel en persoonsgebonden druppels worden de organen geoptimaliseerd en ontvangt u de oorpunctuur.

### **De massage:**

Deze massage richt zich vooral op de organen lever, galblaas en nieren. Er wordt gestart met een voetreflexmassage om de zones van deze organen te behandelen. Vervolgens worden via de massage van de rug en de benen alle organen en de doorbloeding geactiveerd. Uw lichaam kan zich dan heerlijk ontspannen.

### **De natuurgeneeskundige behandeling:**

Als afsluiting van de kuur krijgt u een natuurgeneeskundige behandeling. Daar wordt een laatste energetische test gedaan om te kijken wat er is veranderd. Via de oorpunctuur krijgen de organen een laatste ondersteuning.

Activiteit

Tijdspad



Week 1 & 2

Week 3 t/m 6

Week 7 & 8