

BRENG JEZELF TERUG IN EVENWICHT!



HARTCOHERENTIE

Een wetenschappelijk
onderbouwde methode
om zelfstandig stress
te leren beheersen

WAT TE DOEN WANNEER ONS ZENUWSTELSEL UIT BALANS IS?

Er is geen evenwicht tussen het emotioneel brein en het verstand. Vandaar dat we ons moeilijker kunnen concentreren en emotioneel reageren. We bevinden ons in een neerwaartse spiraal.

Dit proces is omkeerbaar als we ons psychisch en lichamelijk kunnen herstellen.

Dit kan door de beoefening van hartcoherentie.

Wens je kennis te maken met deze uitzonderlijke methode om angst en stress te reduceren en te beheersen?

Kom dan gratis naar een info avond.



INTERESSE? AFSpraak?

Neem gerust contact op
met de hartcoherentiecoach:

Ann Sophie Boulez
0495 22 48 29
www.annsophieboulez.be
ann-sophie-boulez@hotmail.com
