



## Chiropractic

Family Care Centre

Nieuwsbrief januari 2014

### Goede voornemens voor 2014? Fit & Gezond met Chiropractie!

Heeft u allemaal de feestdagen overleefd? En..., bent u het nieuwe jaar ingegaan met goede voornemens? Zoals Fit & Gezond zijn en blijven..., want wie wil dat nu niet?

We doen er van alles aan om Fit & Gezond te zijn, maar soms lijkt het alsof we daar maar weinig resultaat mee boeken...  
Ons lichaam is wel in staat om 100% Fit en Gezond te zijn, maar dan moeten we wel rekening houden met de volgende vijf factoren:

1. Gezond eten
2. Water drinken
3. Voldoende beweging
4. Positieve gedachten
5. Goed werkend zenuwstelsel

De eerste vier factoren hebben we zelf in de hand, maar zonder een goed werkend zenuwstelsel is het onmogelijk om Fit & Gezond te worden en te blijven.

Het zenuwstelsel stuurt alles aan in ons lichaam. Een storing in het zenuwstelsel, dus in de connectie tussen de hersenen en de rest van het lichaam, kan van invloed zijn op onze

gezondheid. De oorzaak is te vinden in de wervelkolom. Wervelblokkades kunnen ontstaan door een val/ongeluk, een slechte houding, stress of het veelvuldig herhalen van zelfde bewegingen. Ook baby's en kinderen kunnen blokkades krijgen, waardoor ze vage klachten kunnen vertonen, zoals slaap- en/of concentratieproblemen, allergieën of vaak verkouden zijn.

De Chiropractor is gespecialiseerd in het opzoeken en corrigeren van blokkades in de wervelkolom. Een lichaam zonder blokkades kan herstellen, optimaal functioneren en weer 100% Fit & Gezond worden.

Een **verstandig** voornemen voor 2014: bezoek geregeld uw Chiropractor voor een correctie, om uw zenuwstelsel zo optimaal mogelijk te laten functioneren, waardoor u zelf ook weer Fit & Gezond kunt functioneren!

Graag tot ziens in de praktijk!

André de Voos  
chiropractor

