



september 2016

eventiïd

nummer 29



Wat je Hart Beweegt

congres

van ons - voor ons

30 oktober



Je kunt de functie en werking van het hart op veel manieren bekijken. Kijk je er puur technisch naar dan vervult het hart de functie van een pomp. Bij de gratie van het hart wordt het bloed rondgepompt. Het bloed komt zo in alle uithoeken van het lichaam en kan zuurstof afgeven en koolzuur terugnemen.

Op een andere manier bekeken wordt het hart vaak geassocieerd met harte-zaken. Je kunt je hart verliezen, op je hart getrapt worden, ergens vanuit je hart bij betrokken zijn, je hart breken, je hart volgen etc. Het thema 'wat je hart beweegt' levert een aantal bijzonder interessante lezingen op.

Het congres vindt plaats in de Treemter in Balk. Het ochtendprogramma start om 9.30 uur. Om 12.30 hebben we een lunch-event gepland en om 16.30 sluiten we af met een drankje.



Sprekers

Jits Metz	Natascha Bos
Laura Nijman	Desiree Kerkdijk
Marga Kruize	Sanne van de Berg
Dorothe Lueb	Connie Berendsen

Kosten: 55 euro (all-in)
tot 10 oktober: 47,50 (all-in)

Opgeven: info@evenwijs.nl

www.evenwijs.nl

Partners in crime

Plunder	Een Koala
Gaardleven	Siemen Banga
Roelina Banga	Conjes Patisserie
Eerlijk Voeden	De Graasboerderij



Samen koken - Samen eten

We duiken de keuken in en koken samen een heerlijke maaltijd die we daarna samen opeten. Uiteraard mag er een glaasje wijn of sap bij genuttigd en een zekere mate van gezelligheid is ook welkom.

Er komen wellicht nieuwe en/of spannende ingrediënten voorbij maar het zal in alle gevallen een eetbaar geheel worden. Datum: 12 oktober. Tijd: 17.00 - 19.30 uur. Kosten: 15,- pp. Opgeven: info@evenwijs.nl

WHM ijsbad

Op 2 oktober storten we om 12.00 uur ijsblokjes in ons buitenbad. Diegenen die (ooit) een Wim Hof Methode training hebben gedaan kunnen dan een ijsbad nemen. Zelf even een handdoek meenemen (en een badpak maar dat spreekt voor zich).



Inspiratiekaartje



Of je nou denkt dat je
het kunt of niet,
je hebt altijd gelijk....

Etenwijs III is uit

De derde editie van Etenwijs is uit. Met weer een keur aan heerlijke recepten, gemaakt door een veertigtal evenwijze therapeuten.



15 euro

180 pagina's
A5 formaat
Softcover
Full-color

Etenwijs III ligt bij Evenwijs in Balk. Hij wordt bovendien verkocht door verschillende wederverkopers.

Een doosje bestellen? Dat kan via info@evenwijs.nl. Vanaf 10 stuks kosten de boekjes 11 euro per stuk.

start 9 okt

Voetreflexmassage

Het uitgangsprincipe van reflexmassage is dat alle organen en lichaamsdelen door energiestromen met bepaalde reflexgebieden in de voet verbonden zijn. Door massage van de voeten kan zo een gunstige invloed worden uitgeoefend op de hele mens.

Tijdens deze opleiding leer je de basistechniek én verschillende grepen en toepassingen. Elke les heeft een theoretisch en een praktisch gedeelte waarin we met elkaar oefenen. Uiteraard is er ruimte voor het stellen van vragen en het uitwisselen van ervaringen.

Na het volgen van deze 10 daagse opleiding kun je zelfstandig een gerichte voetreflexmassage geven ter ondersteuning van ziekte of gezondheid.



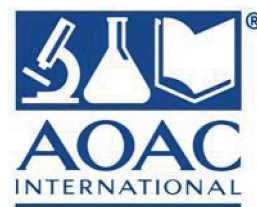
Meer info: www.evenwijs.nl.
Opleidingsdata: 9 en 10 okt, 6 en 7 nov, 11 en 12 dec, 22 en 23 jan, 26 en 27 febr. Tijd: van 9.30 - 16.00 uur. Locatie: Balk. Kosten: 645 euro. Inschrijven: info@evenwijs.nl

Spermacellen in de lift

Oxidatieve stress beschadigt zaadcellen en vermindert de kwaliteit. Dit heeft invloed op de hoeveelheid, de beweeglijkheid, de vorm en de gezondheid van het sperma. 40 onvruchtbare mannen namen gedurende 3 maanden 2 AO capsules/dag en daarna nog eens 3 maanden 3 AO capsules/dag. De AO capsules bevatten: 250 mg l-carnitine, 30 mg Q10 (ubiquinol), 75 IE vitamine E en 12 mg vitamine C palmitaat. Na 3 maanden was het aantal zaadcellen gestegen met 48,9% en de spermakwaliteit met 25,8%. De supplementie resulteerde in een zwangerschap bij bijna de helft van hun vrouwen, in de meeste gevallen tussen de 5e en 6e maand (Gvozdjaková, 2015).

AOAC lowlands Symposium - Vitaminen in de Voeding

Vitaminen en mineralen zijn noodzakelijk voor onze gezondheid. Ze komen voor in voedingsmiddelen, maar kunnen ook extra worden toegevoegd aan voedingsmiddelen voor baby's en jonge kinderen en worden tegenwoordig door volwassenen gebruikt als voedingssupplementen. Aan diervoeders worden ze toegevoegd om de diergezondheid te bevorderen.



Op donderdag 13 oktober 2016 organiseert AOAC Lowlands in Breda de bijeenkomst "Vitaminen in voeding, diervoeding en supplementen". Het symposium met lezingen van gerenommeerde sprekers heeft als doel alle invalshoeken rond vitaminen in voedsel en diervoeding - gezondheid, voedselveiligheid, productformulering - te belichten. Een unieke kans om experts te spreken, inzicht te verwerven en advies te ontvangen.

Spekers (o.a): Jan Blauw van Ortholinea, Dorothé Lueb van Evenwijs. Locatie: Breda. Kosten: €200, excl. BTW (inschrijving vóór 1 oktober) of €250, excl. BTW (inschrijving na 1 oktober). Meer info: www.aoaclowlands.nl