

Beste mevrouw, mijnheer,

Het jaar is alweer bijna een maand oud dus hoog tijd om u te informeren over wat het Centrum voor Homeopathie dit jaar voor u in petto heeft. Ook in deze nieuwsbrief weer een aantal tips en een heerlijk winters recept. Veel leesplezier!

Kalender 2016

Informatieavond Homeopathie en Vaccinaties

Donderdag 3 maart 2016 van 20.00 – 22.00 uur

Informatieavond Voeding en Gedrag

Donderdag 31 maart 2016 van 20.00 – 22.00 uur

Sint Jansfeest

Zaterdag 11 juni vanaf 15.00 uur

Informatieavond Voeding en Supplementen

Donderdag 1 september 2016 van 20.00 – 22.00 uur

Cursus Zelf Helpen met Homeopathie

Vrijdag 7 oktober 2016 van 10.00 – 17.00 uur

De informatieavonden worden gegeven door Ton Jansen. U kunt zich telefonisch, per e-mail of aan de balie inschrijven. Kijk voor meer informatie op onze [website](#).

Heeft u zelf onderwerpen die u graag belicht zou zien? Laat het ons weten!

Last van kloven in handen en voeten?

Kloven in handen en voeten zijn een veelgehoord probleem, zeker nu de temperatuur begint te dalen. Een belangrijke oorzaak voor kloven is te weinig drinken en een tekort aan goede vetten in de voeding waardoor de huid uitdroogt en gaat barsten. Om uw huid van binnenuit te verzorgen is het dus zaak om veel te drinken, liefst water, en voldoende goede vetten in uw voeding op te nemen, zoals noten, olie (kokos, olijf, lijnzaad), avocado, vette vis etc. Om herstel van de huid te bevorderen en de doorbloeding te stimuleren kunt u de kloven insmeren met hamameliszalf. En als dát niet werkt, kunt u altijd nog grootmoeders recept overwegen, namelijk 's ochtends eroverheen plassen ☺, of een afspraak maken bij ons.

Acute klachten

Ook voor acute klachten kunt u aan homeopathie denken. Bent u gevallen met schaatsen, heeft u een flinke griep te pakken, of een bloedneus die niet wil stoppen? Neem contact met ons op.

Boeken 'Het genezende wezen van de plant' en 'Het genezende wezen van de boom'

Zolang de voorraad strekt worden de boeken 'Het genezende wezen van de plant' en 'Het genezende wezen van de boom', geschreven door Ton Jansen, cadeau gegeven aan onze patiënten.

Heeft u de boeken nog niet gekregen in de praktijk en vindt u het leuk om ze te hebben? Kom dan gerust langs om ze op te halen. Bel dan even van tevoren of de boeken nog voorradig zijn.

Dieren en homeopathie

Wist u dat ook dieren goed homeopathisch te behandelen zijn? Eigenlijk kan iedere klacht verbeteren met homeopathie, acuut en chronisch. U kunt denken aan pees- en andere blessures, luchtwegklachten, wagenziekte, huidklachten, schijndracht, maar ook gedragsproblemen zoals agressief gedrag en angst. Vanaf september kunt u met uw (huis)dier bij ons terecht. De consulten vinden aan huis of op stal plaats en worden gedaan door Carin en Elke.

Thermografie

Ook dit jaar kunt u in onze praktijk een medische thermografie te laten doen, als alternatief voor de mammografie. Wij werken hiervoor samen met [De Groene Zuster](#). Behalve een borstsonderzoek is een infraroodscreening van hoofd/nek, buik (spijsvertering), hart- en bloedvaten of full body ook mogelijk. U kunt bellen voor meer informatie of om een afspraak te maken.

Heerlijke wintermaaltijdsoep met pompoen, linzen en spliterwten

Ingrediënten

1 pompoen (flespompoen)
100 gram blonde linzen
50 gram spliterwten
1 uitje, gesnipperd
1-2 eetl. tomatenpuree
1 eetl. paprikapoeder (hot!)
1 eetl. oregano
2-3 eetl. olijfolie
1 klontje boter
zout en peper
1 liter biologische groentebouillon
1 bosje verse koriander
Griekse yoghurt

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 180°C.

Schil de pompoen en verwijder de zaadjes. Snijd de pompoen in blokjes van 2 x 2 cm en spreid deze uit over een bakblik. Bestrooi met de kruiden, peper en zout. Bedruppel met wat olijfolie en roer alles goed door elkaar. Rooster de pompoen 30 minuten in de oven tot de randjes donker gaan kleuren.

Smoor intussen de uitjes glazig in het klontje boter in de pan. Voeg de linzen en de spliterwten toe en roer ze al bakkend om.

Roer de tomatenpuree erdoor en bak hem even mee tot het lekker zoet gaat ruiken, dan is de zurige smaak eraf.

Giet dan de bouillon erop en laat de soep op laag vuur zo'n 35 minuten zachtjes koken.

Voeg de pompoenblokjes toe en de helft van de gehakte korianderblaadjes. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Schep de soep in vier kommen, doe er een lepel yoghurt op en garneer met nog wat verse koriander.

Serveer met (versgebakken) brood.

Uw ervaringen met homeopathie

Uw mening is voor ons én voor de homeopathie heel belangrijk! Laat uw stem horen en deel uw ervaringen met ons over uw homeopathische behandeling en onze praktijk. Wij plaatsen dit (anoniem als u wilt) op onze website en laten daarmee zien dat homeopathie een waardevolle geneeswijze is die ook in de toekomst behouden moet blijven.

Tot ziens in het Centrum voor Homeopathie!

Met vriendelijke groet,

Team Centrum voor Homeopathie – Gezondheid in Beweging

Centrum voor Homeopathie
Gezondheid in Beweging
Veenakkerweg 5
2635 NC Den Hoorn
Telefoon 0174 297052
E-mail info@gezondheidinbeweging.nl
www.gezondheidinbeweging.nl