

MENOPAUIZE

Kijk niet machteloos toe, kom in actie!

Het aantal vrouwen in de menopauze maakt de grootste bevolkingsgroep uit, wereldwijd. De kans is groot dat jij ook tot die bevolkingsgroep behoort, of er binnenkort toe zult behoren. De tijd is echter voorbij dat de overgang gelijkstond met 'oud worden' of 'klachten en kwalen'. Vrouwen van nu willen tot op hoge leeftijd jeugdig en actief blijven. Maar kan dat ook? Alles hangt af van hoe je de menopauze aanpakt.

Menopauze-experte Leen Steyaert ontwikkelde speciaal voor alle vrouwen een praktische menopauzegids. Wacht niet tot je in de overgang komt om deze gids te volgen, want hoe beter je op jonge leeftijd voor jezelf zorgt, hoe makkelijker en waardevoller je menopauze zal zijn. Maar welke je gezondheidsklachten ook zijn, met dit actieplan kom je zeker stralend door de menopauze en word of blijf je vitaal en gezond, ook na je vijfenveertigste!

UITNODIGING
LEZING
18 09 2018

19.00 uur: Ontvangst met een hapje & een drankje

19.30 uur: Optimaliseer je levenskwaliteit tijdens de overgang en na de menopauze, door Leen Steyaert

Aansluitend: Rondleiding B&B Borghof



Leen Steyaert is de eerste Belgische menopauzeconsulent. Zij schreef al 4 bestsellers.

Voor de conventionele geneeskunde is de overgang nog steeds een 'moeilijke periode' met veel 'symptomen' die door middel van de juiste medicatie kunnen worden opgelost. Leen Steyaert ziet de overgang als een uitdagende, fascinerende levensfase die je aanzet om in actie te komen en alle zaken aan te pakken die structureel niet juist zitten in je leven.



INSCHRIJVING

Gelieve je inschrijving te bevestigen door het bedrag van €30 te storten op volgend rekeningnummer:

BE40 7350 3010 6663

Kasteel Borghof

Mededeling: Lezing Leen Steyaert, met vermelding van je naam en voornaam

Meer info: lezing@kasteelborghof.be