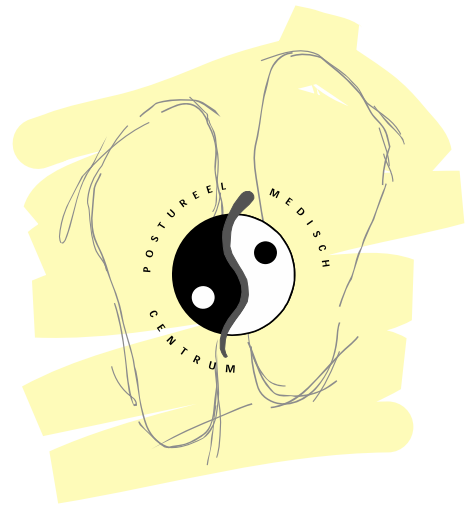


POSTUREEL



NIEUWSBRIEF VAN HET
POSTUREEL MEDISCH CENTRUM
JAARGANG 10 / no.1 JANUARI 2022

EEN GEZOND 2022!

Op oudejaarsavond is knal- en vuurwerk afsteken een oude traditie om boze geesten te verjagen. Zo kunnen we “veilig” het nieuwe jaar instappen. Zo’n zelfde traditie is “het glas heffen”.

Vanouds werden drank en spijs geofferd aan de goden. Natuurlijk hoorde daar een wens bij, een wens die in alle talen hetzelfde betekent. Of het nu het Turkse afiyet olsun, het Griekse yamas, het Poolse na zdrowie, het Duitse zum Wohl of het Nederlandse proost is, het betekent allemaal hetzelfde: GEZONDHEID!



DEFINITIE VAN GEZONDHEID I

Er zijn natuurlijk veel definities van gezondheid te vinden. Wat ik vroeger leerde is dat gezondheid niet de afwezigheid is van ziekte maar de kracht van het lichaam/geest om verstoringen op te vangen en snel te corrigeren.

DEFINITIE VAN GEZONDHEID II

Martin Dicke, de voormalig directeur van de homeopathische Hahnemann apotheek gaf zijn versie in september 2020: “Gezondheid is beschikken over al je vrijheden, dus dat je kunt zeggen, denken, voelen en doen wat je wilt. Daarbij hoort ook vrije keuze (*van geneesmiddelen*). Als die je ontnomen wordt dan kan het niet anders dan dat ziekte geïntroduceerd wordt.....

We hebben zo’n enorm aanpassingsvermogen aan virussen, bacteriën en alles waarmee we in aanraking komen... Het zelfherstel is het machtigste (genees)middel

dat we (*voor onze gezondheid*) tot onze beschikking hebben.....” (1)

ZELFTEST

Zelftest had zomaar hét woord van 2021 kunnen zijn. Hoestje, rillerig, hoofdpijn, spierpijn, moe, snotterig, dit alles apart of in combinatie vraagt om een zelftest. De uitkomst? Positief of negatief. Een chemische test moet uitwijzen of we ziek zijn of niet, want wij zijn vergeten om dat zelf te beoordelen.

Waar is die goede oude tijd waarin we vertrouwen hadden in ons eigen oordeelsvermogen (of dat van moeder of oma)? Hebben we misschien kou gevat, ruzie gemaakt, hard gesjouwd, te weinig slaap, etc.?

Overigens doe ik al jaren elke ochtend een zelftest. Ik strek al mijn spieren, beweeg mijn gewrichten, let op mijn humeur, neem een koude douche, haal een paar keer diep adem, fiets naar mijn werk en de uitslag is gelukkig elke dag: POSITIEF!

DE KRACHT VAN HOMEOPATHIE

Maar als je echt een flinke virusinfectie hebt gehad kan het lang duren voordat je weer bent opgeknapt. Vermoeidheid is de grootste klacht. Een echte infectie is een uitputtingsslag. Het zelfherstellend vermogen is sterk verminderd. In de reguliere

geneeskunde zijn hier helaas geen middelen voor.

Bepaalde vitaminen, mineralen, kruiden kunnen tekorten aanvullen en zo het lichaam weer helpen aansterken. Homeopathische middelen hebben een groot effect op het zelfherstellend vermogen. Een homeopathische behandeling kan een belangrijke bijdrage leveren aan uw nieuw op te bouwen gezondheid. (*Zie onderstaande link*)



PARKEREN

De gemeente gaat dit jaar betaald parkeren verplichten in de Burgemeester Knappertlaan. De parkeerapp staat al ingesteld op betalen. Maar voorlopig is het nog gratis. Let op de borden en op de nieuwsbrief.

ZOLEN IN (OF UIT?)

Door het thuiswerken worden de inlegzolen minder gedragen. “Oh ja, helemaal niet aan gedacht” hoor ik veel mensen met rug- en nekpijn zeggen. Draag de zolen dus ook binnen in de pantoffels of schoenen. En vergeet niet elke dag buiten een wandelingetje te maken.

(1) DEFINITIE VAN GEZONDHEID II

Martin Dicke: Gaan waar geen weg is. Homeopathie magazine september 2020

KLASSIEKE HOMEOPATHIE, Els van Pelt–Stofberg, tel. Nr. 010 4188801

Tel. Bereikbaar: Ma. Wo. Do. 09.00–09.30 uur

<https://www.postureel-medisch-centrum.nl/#team>

INVLOED VAN VOEDINGSTEKORTEN OP VIRUSINFECTIES

<https://zelfzorgcovid19.nl/>

STICHTING ARTSEN COVID COLLECTIEF

<https://artsencollectief.nl/>