

Disclaimer Gezondheidscoaching door Praktijk OhNatura

Als **gediplomeerd orthomomeculair coach** (*) zet ik mij in om waardevolle begeleiding te bieden zodat jij jouw gezondheid en levenskwaliteit kan verbeteren.

Het is essentieel om daarbij de beperkingen van mijn rol te begrijpen. Ik ben geen arts en mijn advies en diensten vervangen die van een medisch gekwalificeerde zorgverlener niet. Ik kan geen medische aandoeningen diagnosticeren of medische behandelingen voorschrijven of aanpassen.

Mijn **voedingsadvies** is gebaseerd op de principes van orthomoleculaire kennis (*) en bijhorende professionele bijscholingen en regelmatig raadplegen van vakliteratuur.

Dit omvat :

- Informeren over gezonde eetpatronen en het belang van evenwichtige voeding.
- Aanbevelen van voedingsmiddelen die bijdragen aan een goede gezondheid.
- Adviseren over specifieke voedingsstoffen en supplementen. Dat kan zijn in de vorm van specifieke voedingsstoffen, een nutritioneel supplement of een plantaardig middel.
 - Deze vormen geen vervanging is voor medische behandelingen

Mijn **leefstijladvies** is gericht op educatie rond goede slaapgewoontes, het belang van voldoende beweging, informeren over het belang van voldoende ontspannen en stressmanagementtechnieken, reguleren van een gezond bioritme voor voldoende buitenlicht op te doen, etc.

Mogelijks zijn deze adviezen niet geschikt voor iedereen. Jouw individuele gezondheidssituatie en behoeften zijn uniek, en wat voor de ene persoon werkt, is mogelijk niet geschikt voor een ander.

Het is van belang om met je arts te overleggen voor het maken van ingrijpende veranderingen in dieet, levensstijl of gezondheidsregime, vooral als je al bestaande medische aandoeningen hebt of medicatie gebruikt.

Hoewel ik ernaar streef om nauwkeurige en op wetenschappelijk onderzoek gebaseerde informatie te verstrekken, **kan ik specifieke resultaten niet garanderen of beloven dat mijn advies eventuele gezondheidsproblemen volledig kan en zal genezen.**

Gezondheid is een en-en-en-verhaal en resultaten kunnen variëren afhankelijk van talrijke factoren, waaronder jouw inzet, consistentie en algehele gezondheidstoestand.

Door gebruik te maken van mijn diensten **erken je tevens dat je verantwoordelijk bent voor jouw gezondheidsbeslissingen en -resultaten.** Ik moedig open communicatie en samenwerking met jouw zorgteam aan om ervoor te zorgen dat je uitgebreide zorg ontvangt die is afgestemd op jouw individuele behoeften.

Onthoud dat jouw gezondheid jouw kostbaarste bezit is en het is essentieel om het te benaderen met geïnformeerde besluitvorming en proactieve zelfzorg. Ik ben hier om je te ondersteunen en te begeleiden op jouw weg naar welzijn, maar uiteindelijk is jouw gezondheidsreis een pad dat je je zelf moet bewandelen.

(*) OPLEIDINGEN

- “Orthomoleculaire coaching”, diploma na examen behaald op 17/1/2020 bij Reliantie vzw, Erkend opleidingsverstrekker DV.O222157 olv Dr Geert Verhelst.
- “Intermittent Living Coach”, diploma na examen behaald op 27/8/2021 bij PNI Europe en KPNI Belgium
- “Darmmicrobioom” certificaat – attest van opleiding op 11/6/2021