



DJALMA HEALTH MANAGEMENT

Wij zijn van mening dat gezondheid gaat over het vinden van een balans tussen onze fysieke en mentale gesteldheid, over het kunnen omgaan met de fysieke en mentale eisen van ons dagelijks leven. Als onderdeel van onze aanpak, waarbij wij je van dienst willen zijn voordat je klachten en/of beperkingen ontwikkeld, bieden wij je verschillende aanvullende diensten.

Massages

Wist je dat endorfines (gelukshormonen) op diverse manieren worden geactiveerd? Chocola, lachen, liefde, meditatie, acupunctuur en MASSAGE. Vanwege de vele gezondheidsvoordelen van massage, bieden wij workshops aan zodat een ieder de kunst van het masseren op kundige – en laagdrempelige wijze kan leren. In de workshops leer je allemaal zaken die een massage of lichaamsbehandeling succesvol maken. Zo kun je in een dagdeel of op een avond kennis maken met of bestaande kennis en ervaring op het gebied van masseren bijspijkeren.

De massage workshops, cursussen of trainingen zijn niet primair bedoeld voor het behandelen van (specifieke) medische aandoeningen, maar voor het preventief gebruik maken van de gezondheidsvoordelen van massage. Wilt u leren hoe u aan het einde van een harde werkdag uw partner kan helpen ontspannen? Of overweegt u om binnen uw werk of sportclub de collega's (sporters) de ontspannende en preventieve voordelen van massages te laten ervaren?

En als u als werkgever op zoek bent naar iemand die structureel uw medewerkers helpt ontspannen, dan zijn onze massage diensten goed in te zetten.

Opbouw

Om in beweging te komen moet je altijd een eerste stap zetten. Deze kun je zetten door deel te nemen aan een kennismakingsworkshop.

Indien je echt wilt weten wat de nieuwe ervaring voor je doet, kun je de volgende stap zetten door deel te nemen aan een korte cursus van 3 tot 5 lessen.

Als je nu enthousiast bent geworden, omdat het leuk is of omdat je het positieve effect van deze ervaring hebt ontdekt of als je dat al was, kun jij je voor een langere periode deze nieuwe ervaring eigen leren maken.

Uw EnterTrainers:

Jerrel Waterval



Janelle Boksteen – Claver



Delano Rudge



“It's All About Balance”