



De Jonge Stee

Ayurveda

Ayurveda

Ayurveda betekent "kennis van het leven". Ayurveda is een levensstijl en is vooral gericht op het voorkomen van ziekte.

Ayurveda komt oorspronkelijk uit India. Wist u dat in India de artsen niet worden betaald voor het aantal zieken dat zij beter maken, maar voor het aantal mensen dat zij gezond houden?

Om gezond te blijven is ontspanning erg belangrijk. Ontspanning zorgt voor een balans tussen lichaam en geest. Deze ontspanning kan tot stand gebracht worden op verschillende manieren. Naast wandelen, fietsen, lekker zitten, heerlijk gezond eten of zomaar wat naar de vogels luisteren, kunt u op De Jonge Stee ook verschillende ayurvedische behandelingen ondergaan.

Voordat u een ayurvedische behandeling ondergaat wordt aan de hand van een vragenlijst uw constitutietype bepaald. Hierop worden de producten voor de behandeling afgestemd. Naast de behandelingen is ook een op de ayurvedische leefstijl afgestemde thee te verkrijgen.

De Jonge Stee is voor adviezen en producten aangesloten bij Ayurwellness (zie www.ayurwellness.nl) .

Al deze behandelingen zijn gericht op ontspanning en preventie. Therapeutische behandelingen worden door ons niet toegepast.

