



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

Hoofdpijnen, wat is de betekenis ervan?

Code 254

Type vorming

Code	254
Wanneer	30/03/2017
Uur	14:00 tot 17:00
Waar	LDC Speltincx Gentbrugge
Prijs	€ 3,00 - € 0,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	30/03/2017
Aantal uren vorming	3,00 uur

Extra info

Inhoud

Hoofdpijn..

Heel wat mensen hebben regelmatig last van hoofdpijn in minder erge of vrij erge vorm. Gaande van lichte hoofdpijn door een lege maag, door spanningen en stress, door te weinig slaap, of eerder migraine, al of niet hormonaal gebonden.

Tijdens deze lezing staan we stil bij de symptomen van deze hoofdpijnen, uitlokkende factoren en aanpak met of zonder medicatie, dus ook de alternatieve middelen en ontspanning komen aan bod.

Wij leren ook spanningshoofdpijn bij onszelf weg te masseren!

Begeleiding

Caroline Coddens, vormingswerkster

Doelgroep

Deze activiteit richt zich tot (jong)senioren.

Deze activiteit wordt aangeboden door Sig in samenwerking met

