

ZO ZIET GEZOND ERUIT



## Gezondheid en geluk is een kwestie van balans.

In de huidige, moderne maatschappij leven, is een zoektocht balans. De drukte van ons bestaan, een gebrek aan de juiste kennis en soms onwetendheid.... Het maakt het kiezen uit een overvloed van informatie niet makkelijker. Wie kunnen we geloven? Wie *moeten* we geloven? Hoe kunnen we zelf de juiste keuzes maken?



## Een beetje in balans, bestaat niet.

Een leven in balans brengt gezondheid en geluk. Om dat te bereiken, gaan we uit van de volledige mens en houden we rekening met alle aspecten die in meer of mindere mate nodig en belangrijk zijn om die balans te bereiken. En wat nodig is verschilt ook nog eens per persoon.

De fragmentarische aanpak van vitaliteit en wellness aanbieders is hiermee in tegenspraak.

## Voor het Hamel College is er maar één aanpak en dat is een holistische en integrale benadering.

Het Hamel College wil mensen gezond en gelukkig maken én houden. Niet een beetje of een bepaald stukje, maar *volledig en als geheel*. Van boven naar beneden, van binnen naar buiten en andersom.

Mensen vaardigheden aanreiken die ervoor zorgen dat ze zelf de regie voor een gezonder en gelukkiger leven in handen kunnen nemen.





**Die integrale aanpak is niet zomaar een businessmodel. Het *is* hoe de 2 vennoten van het Hamel College in het leven staan. Van jongs af aan.**

Zij worden gedreven door een diepgaande verwondering over hoe lichaam en geest functioneren als een ondeelbaar geheel. Hoe alle levensprocessen met elkaar samenhangen. Het heeft ervoor gezorgd dat Daniëlle en Johan hun plek vonden in de medische wereld en het onderwijs. Hun levenslange interesse en kennis brengen zij bij elkaar in het Hamel College.

**Daarbij gaan zij niet alleen uit van 'zieke mensen beter maken'. Integendeel. Preventie speelt de hoofdrol.**

Je hoeft tenslotte niet ziek te zijn om beter te worden. Een bekend gezegde, maar daarom niet minder waar.

Mensen in balans zijn gelukkiger, gezonder en weerbaarder bij tegenslag. Dat is goed voor het individu en voor de samenleving als geheel. Zowel mentaal en lichamelijk als financieel.

## **Het Hamel College wil bijdragen aan een nieuwe visie op gezondheid en geeft er zelf volop vorm aan.**

Al het lesmateriaal is zelf ontwikkeld en deze kennis wordt meer dan graag gedeeld. Daniëlle en Johan willen mensen en organisaties helpen met het maken van de juiste gezondheidskeuzes, nu en in de toekomst. Balans creëren leer je niet door een training of opleiding. Het gaat erom je de uitgangspunten eigen te maken die eraan ten grondslag liggen.

Het Hamel College is dan ook veel meer dan een integraal opleidingsinstituut. Samen met de aangesloten docenten en trainers wordt er gebouwd aan een nieuwe gezondheidsnorm. Mensen in balans maken een wereld in balans.

**Voor het Hamel College werken, is een levensstijl. Door hen getraind en geholpen worden, verandert je levensstijl.**





ZO ZIET GEZOND ERUIT

