

H I M - Zielsetzung

Nehmen Sie gerne die nachfolgenden Stichworte für die Gestaltung Ihrer eigenen Zielsetzungen. Wählen Sie für den ersten Teil den Programmes die für Sie fünf wichtigsten Ziele aus.

- Allgemeine körperliche Fitness verbessern
- Schmerzfreiheit
- Minderung von Allergien
- Infekte reduzieren
- Gewicht reduzieren
- Besseres Streßmanagement
- Bessere und gesündere Ernährung
- Entgiftung
- Blutdruck regulieren und stabilisieren
- Blutzuckerspiegel regulieren und stabilisieren
- Stärkung des Immunsystems
- Verbesselter Schlaf und Wachheit
- Selbstheilungskräfte stärken
- Mehr Gesundheitskompetenz (eigener Arzt)
- Zuckersucht heilen
- Dauermedikation reduzieren
- Stimmung verbessern
- Spezifische Diagnosen angehen

Meine fünf primären Ziele:
