



Hoe werkt het?

Het proces is eenvoudig en overzichtelijk.

> Intake & Test:

Tijdens de intake bespreken we jouw doelen en situatie. Vervolgens neem je deel aan de DNA Resilience-test, uitgevoerd door Nordic Laboratories, een internationaal gerenomeerd lab.

> Resultaten & bespreking:

Binnen 12–21 dagen komen de testresultaten binnen. Samen duiken we in de inzichten vanuit jouw unieke blauwdruk.

> Persoonlijk levensstijladvies: Je ontvangt een schriftelijk uitgewerkt levensstijladvies met praktische aanbevelingen, informatie & oefeningen die je direct kunt toepassen.

Wat kost het?

> Optie 1: test & uitleg

Totaal € 910* (GEEN intake, inclusief test, eindverslag, 1 uitleg-sessie à 60 minuten / *incl. BTW)

> Optie 2: test & coaching

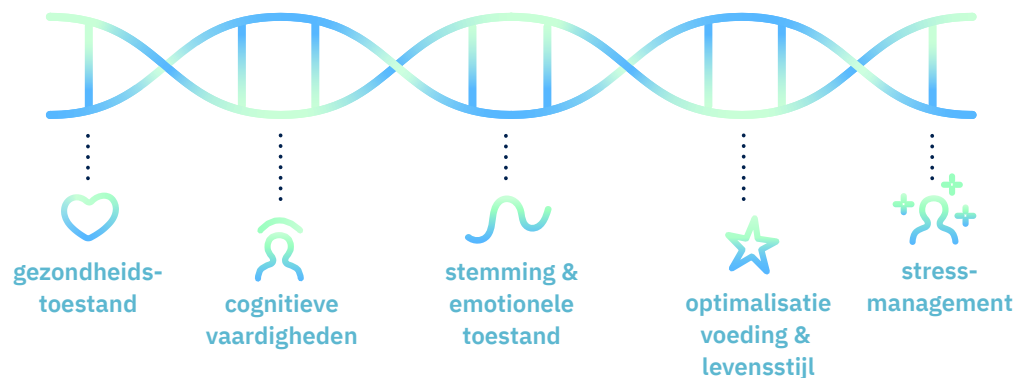
Totaal € 1250* (inclusief intake, test, eindverslag en 4 coachingsessies à 60 minuten / *incl. BTW)

Belangrijk: Dit is geen diagnostische test. Hij geeft geen voorspelling over het hebben van of de kans op ziekten.

De DNA Resilience test

Versterk je mentale veerkracht met de DNA Resilience-test.

Iedereen ervaart uitdagingen in het leven, maar onze veerkracht bepaalt hoe we hiermee omgaan. De DNA Resilience-test biedt unieke inzichten in hoe je jouw vermogen om met stress en moeilijke situaties om te gaan kunt optimaliseren. Door jouw genetische blauwdruk te analyseren, krijg je gepersonaliseerde aanbevelingen voor jouw levensstijl.



Wat is de DNA Resilience test?

Deze test richt zich op zeven belangrijke gebieden die van invloed zijn op je cognitieve vaardigheden, stemming en emotionele stabiliteit. Genen spelen een cruciale rol in hoe we denken, voelen en reageren op de wereld om ons heen. De test biedt inzichten in de werking van belangrijke neurochemicaliën zoals adrenaline, dopamine, serotonine en oxytocine, evenals de stress-as.

Wat levert deze test jou op?

Inzicht in je veerkracht: De test laat zien waar jouw sterke en minder sterke punten liggen als het gaat om stressmanagement, aanpassingsvermogen en emotionele balans.

Persoonlijk advies op maat: Je ontvangt een gepersonaliseerd leefstijladvies dat is afgestemd op jouw unieke genetische profiel. Denk aan voedingsadvies, supple-

menten en stressverlagende technieken die specifiek voor jou werken.

Versterking van mentale en emotionele stabiliteit: Door deze unieke kennis kun je je veerkracht verbeteren, krijg je meer grip op je stemming, motivatie en concentratie. Dit helpt je om beter om te gaan met de uitdagingen van het dagelijks leven en draagt bij aan een positieve mindset.

Verbetering van je algehele welzijn: Een verhoogde veerkracht heeft niet alleen voordelen voor je mentale gezondheid, maar ook voor je fysieke welzijn. Het draagt bij aan een betere balans in lichaam en geest.



Neem contact met me op en ontdek hoe deze test jou kan helpen naar een nieuw evenwicht & harmonie!