



DISCLAIMER

Als je hartcoherentie zorgvuldig en consequent gaat beoefenen, zul je positieve veranderingen gaan waarnemen. Bijvoorbeeld:

- Je zult beter gaan slapen
- Je krijgt meer energie
- Je zult meer innerlijke rust ervaren
- Je krijgt een effectievere besluitvorming
- Je immuunsysteem doet beter zijn werk

Hartcoherentie is in veel gevallen geschikt en een middel voor meer persoonlijke ontwikkeling, voor mensen die één van bovenstaande klachten hebben. Eigenlijk voor iedereen die bewuster in het leven wil staan.

In sommige gevallen is hartcoherentie minder geschikt en wordt het afgeraden de oefeningen te doen. Hartcoherentie is geen vervanging van therapie.

Wanneer je te maken hebt met psychose, ernstige psychische klachten of verslaving dan kan het zijn dat het doen van de oefeningen afgeraden wordt. Bespreek dit dan eerst met je huisarts, specialist of psycholoog.

Voorwaarden

Op overeenkomsten met hetty.nu zijn de geldende algemene voorwaarden van toepassing. Deze zijn te vinden in de voorwaarden op de website van hetty.nu