



## Christel Stevens

Christel Stevens is een vroegere directeur van een zoetwarenfabriek en kampte zelf jarenlang met overgewicht en eetstoornissen. Als ingenieur in de voedingswetenschappen schoolde ze zich bij tot orthomoleculair nutritionist en natuurdiëtiste. Ondertussen is ze ook hartcoherentie- en stressreductiecoach. Deze basis integreerde ze in haar praktijk, waar ze de wetenschappelijk onderbouwde 3-isOne-methode ontwikkelde.

Voor paramedici (zoals artsen, apothekers, verpleegster, kinesisten, diëtisten,...) ontwikkelde ze de opleiding Integratieve Nutritionele Therapie. Heermee geeft ze inzicht in de wirwar van informatiestromen over gezonde voeding en leefstijl. Er is vandaag veel te veel versnipperde kennis en informatie, waardoor velen door de bomen het bos niet meer zien. Integratieve Nutritionele Therapie gaat een stap verder dan symptomatische ondersteuning. De gestructureerde basisopleiding leert hoe wetenschap en natuur met elkaar verbonden zijn. De verdieping brengt de cursisten tot de toepassing: het zelfgenezend vermogen van het lichaam van de patiënt terug actief maken, waardoor iemand als therapeut de zorgvrager kan begeleiden naar duurzame resultaten, autonomie en vitaliteit.