



Wees vrij!

11

Sleutels tot Welzijn

Verslavende middelen zoals alcohol, nicotine, cocaïne of cafeïne hebben grote invloed op de structuur en het functioneren van onze hersenen. Deze middelen kunnen allerlei psychische processen beïnvloeden:

ons bewustzijn, onze waarneming, ons geheugen, ons concentratievermogen, ons beoordelingsvermogen, ons voorstellingsvermogen en onze wil. Verslavingen verhogen het risico op geestelijke en lichamelijke problemen. Daarbij komt dat alcohol en tabak wereldwijd tot belangrijkste doodsoorzaken behoren. Maar dat hoeft niet zo te blijven!! Verslavingen kunnen overwonnen worden, ook al zijn hiervoor vaak grote veranderingen noodzakelijk. Als u worstelt

met een verslaving, neem dan een duidelijk besluit te stoppen en leg uw wil in Gods hand. Ook professionele hulp en ondersteuning van de omgeving kunnen een grote steun zijn op weg naar een nieuw leven. Een leven zonder verslavingen is een leven in vrijheid! ♥

Begin vandaag nog !

www.secretsofwellness.org

