

Evocircadian

Denk anders

Investeren in onze eigen gezondheid

Er is de laatste veertig jaar een gestage toename van 'moderne' ziekten en aandoeningen in de westerse wereld. Hiertoe behoren auto-immuunziekten, allergieën, hart- en vaatziekten, diabetes type 2, obesitas, depressie, angsten, onvruchtbaarheid, alzheimer, Parkinson en kanker. In diezelfde tijd is onze gemiddelde leeftijd met vijf jaar toegenomen van 76 naar 81 jaar. Vrouwen worden daarbij gemiddeld iets ouder dan mannen.

We leven langer maar we zijn ook langer ziek en de reden daarvoor is zeker niet het gegeven dat we ouder worden. Veel vroegere ouderdomsziekten zoals bijvoorbeeld diabetes type 2 komen steeds meer op jongere leeftijd voor. Baby's en kinderen hebben steeds meer met ziekten te maken die vroeger weinig of niet voorkwamen op hun leeftijd. Depressie en angst komen al op jonge leeftijd voor en het aantal gevallen van overgewicht en obesitas is inmiddels immens en van alle leeftijden.

De explosie van deze ziekten en aandoeningen heeft grote consequenties voor de mensen die er mee te maken hebben maar ook voor ons zorgstelsel. Waarschijnlijk gaat onze gezondheidszorg daardoor sterk veranderen in de komende jaren. We zullen zelf meer moeten investeren in onze eigen gezondheid. Zowel vanwege onze kwaliteit van leven (we worden met zijn allen immers steeds zieker en ouder) alsook vanwege financieel oogpunt (we hebben betaalbare en leverbare zorg nodig).

Wie gezondheid en ziekte wil begrijpen zal moeten leren hoe evolutie gezondheid en ziekte heeft gevormd

Goede informatie vinden is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Door internet, sociale media, reclame en artsen komen verschillende boodschappen over gezondheid en ziekte tot ons. Veel van die informatie is echter in conflict met elkaar of het betreft hypes van het moment. Vaak is er sprake van belangenverstrengeling. Gezondheid en ziekte zijn inmiddels 'big business' geworden. De waarheid over onderzoeken is dat veel onderzoeken er niet zijn om de waarheid aan het licht te brengen, maar om winst te genereren. Er worden antwoorden gegeven zonder dat er fundamentele vragen worden gesteld. De moderne farmaceutische geneeskunde is samen met industrieel vervaardigde voeding een belangrijke bedreiging geworden voor onze gezondheid in de huidige tijd.

We weten tegenwoordig iets meer over wanneer en hoe een ziekte zich ontwikkelt. We weten echter meestal niet waaróm een ziekte zich ontwikkelt. Pas wanneer je dat weet kun je tot een betere afweging komen met betrekking tot je gezondheid.

De Evocircadian Code (ECC)

De Evocircadian Code (ECC) is een raamwerk van denken die ons menselijke functioneren vanuit een evolutionair en ritmisch perspectief en vanaf de conceptie benadert. De vraag 'waarom worden we ziek' staat daarbij centraal waardoor preventief en curatief betere adviezen kunnen worden gegeven. De ECC geeft informatie aan professionals die zich beroepsmatig met ziekte en gezondheid bezighouden maar is er juist ook voor niet-professionals. Vanuit het oogpunt van onze eigen gezondheid is interesse voor kwalitatief goede informatie onontbeerlijk.

Niets in de natuur is zinvol behalve in het licht van de evolutie

De ECC letters bevatten vooruitstrevende, diepgaande en wetenschappelijk onderbouwde informatie. Ze zijn gedurende de afgelopen jaren door Leo van der Zijde geschreven en worden op regelmatige basis aangevuld. Ze zijn bedoeld om meer kennis maar vooral meer inzicht te verkrijgen over de wijze waarop 'moeder natuur en vader tijd' zich biologisch ontwikkeld hebben.

Voor vragen en informatie is Leo van der Zijde telefonisch bereikbaar van maandag t/m donderdag van 09.30 tot 12.00 uur op telefoonnummer 040 2811551.



CV Leo van der Zijde

- 1990** Oprichting natuurvoedingswinkel Balance in Eindhoven.
- 1992** Natuurgeneeskundige praktijk in Eindhoven gedurende twintig jaar.
- 1994** Oprichting Ortholon (voorheen Ortho-life) voedingssupplementen, in 2015 overgedragen aan nieuwe eigenaren.
- 2009** Start (Evo)Circadian, een organisatie die zich ten doel stelt om inzichtelijke en gedegen informatie over gezondheid en ziekte te geven.
- 2015** Start van het geven van 1 tot 4 jarige geaccrediteerde opleidingen en bijscholingen.

Zelfstudie

Al dertig jaar lang, elke dag, 365 dagen per jaar, minimaal 1 uur per dag bestudeert Leo van der Zijde voornamelijk Engelse literatuur en wetenschappelijke onderzoeken uit verschillende vakgebieden zoals: evolutiebiologie, voorspellingsbiologie, voeding, endocrinologie (hormonen), embryologie, antropologie, fysiologie, voeding en dergelijke.

Lezingen

Leo van der Zijde heeft vanaf 1995 tientallen lezingen gegeven en geeft deze vandaag de dag nog steeds. Sinds 2009 staan deze in het kader van de Evocircadian code.

Opleidingen

Leo van der Zijde heeft diverse geaccrediteerde post hbo-opleidingen tot Evocircadian coach en therapeut gegeven.

Letters

Leo van der Zijde heeft in dit kader tientallen ECC letters geschreven die op de website leovanderzijde.nl zijn te lezen en downloaden.

Boeken

De Evocircadian code - deel 1 Basics

De Evocircadian code - deel 2 Reproductie in relatie tot gezondheid en ziekte

De Evocircadian code - deel 3 Eb en vloed van hormonen

De Kritische periode - Moeder Natuur & Vader Tijd als programmeurs

Life of brein

No fat, no future

Sinds twintig jaar heeft Leo van der Zijde een kosteloos telefonisch spreekuur. Voor vragen en informatie is Leo van der Zijde telefonisch bereikbaar van maandag t/m donderdag van 09.30 tot 12.00 uur op telefoonnummer 040 2811551.

