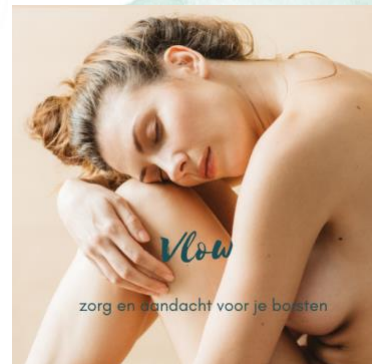




Life Stream  
—  
VLOW®



## Tips voor gezonde blije borsten.....

### Do's

- Dagelijks je borsten droogborstelen en je borsten verzorgen
- Beweging, meditatie of maak regelmatig gebruik van de [Vlow® Yoga oefeningen](#)
- Doe je BH zo veel mogelijk uit en draag beugellose BH's
- Gebruik een aluminium-vrije deodorant
- Gezonde vitale voeding
- Kleipakkingen voor je borsten
- Raak je borsten liefdevol aan
- Zelfonderzoek van je borsten d.m.v. vergelijken/kijken voor de spiegel.
- Je blij voelen met je borsten

### Dont's

- Je zorgen maken over je borsten
- Stressvol leven
- Beugel-BH's dragen
- Deo's die aluminium/parabenen bevatten
- Fastfood, zuivel, suiker en wit meel
- Je borsten geen aandacht/verzorging geven
- Je borsten negeren
- Het (alleen) voelen van je borsten
- Draag geen mobiele telefoon in je BH !

En gun je zelf regelmatig een VLOW® borstweefselbehandeling. Ook als je geen klachten hebt.

Bij voorkeur 2 keer per jaar als zelfverzorging.

Kijk op het [VLOW® Kwaliteitsregister](#) voor de dichtstbijzijnde VLOW® therapeut bij jou in de buurt.



LifeStream BV  
Tourniairestraat 20  
Amsterdam 1065 NK  
The Netherlands

+31 (0)20 442 01 41  
+31 (0)6 260 725 09  
[info@lifestream.earth](mailto:info@lifestream.earth)  
[www.lifestream.earth](http://www.lifestream.earth)

IBAN: NL 54 TRIO 019 807 50 06  
BIC: TRIONL2U  
KvK: 7052 5676  
BTW: NL85 8358 761B01