

Kooperationsveranstaltung mit der VHS SHA

SAMSTAG, 8. Februar 2025

14.30 - 17.30 Uhr

Darm in Not?!

Verdauung und Stoffwechsel im Alltag unterstützen

Margarete Sprenger Ärztlich geprüfte Naturheilkundeberaterin

Unsere Verdauung ist essentiell für den Abbau von Nahrung und Energiegewinnung. Viele wissen jedoch wenig darüber, wie sie die beteiligten Organe unterstützen können. Sprichwörter wie "gut gekaut ist halb verdaut", "bitter im Mund, im Magen gesund" oder der Stress, der "auf den Magen schlägt" verdeutlichen die Verbindung zwischen Ernährung, Verdauung und Lebensstil. Dieser Kurs bietet praktische und theoretische Einblicke in die Naturheilkunde zur Unterstützung des Verdauungssystems, einschließlich einer Demonstration zum Anlegen eines Leberwickels.



Anmeldungen und Information über VHS Kurs-Nr. 91006
Kompaktkurs Gebühr: 18,00 € inkl. 3 € Materialkosten
Ort: Haus der Bildung