

DIENSTAG 20. Januar 2026

Darm in Not?!

Verdauung und Stoffwechsel im Alltag unterstützen

Unsere Verdauung ist für den Abbau von Nahrung und Energiegewinnung unerlässlich. 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 Vortrag bietet praktische und theoretische Einblicke in die Naturheilkunde zur Unterstützung des Verdauungssystems, einschließlich einer Demonstration zum Anlegen eines Leberwickels.



Referentin: **Margarete Sprenger**

Ärztlich geprüfte Naturheilkunde-Beraterin DNB

Vortrag um 19 Uhr

im Haus der Vereine Am Schuppach 7 in SHA

Mitglieder 4 €

Gäste 8 €