



Verein für
Homöopathie & Naturheilweise
Oberkochen

Vortragsinformationen

Termin:	11. April 2016
Uhrzeit:	19.30 Uhr
Titel:	Gesund und fit mit basenreicher Ernährung
Referent:	Fastenleiterin AGL Birgit Gawalleck
Ort:	Schillerhaus

Beschreibung:

Neben Faktoren wie frischer Luft, Bewegung, Entspannung oder ausreichendem Nachtschlaf, entscheidet vor allem unsere Ernährung darüber, wie wir uns fühlen. Erfahren Sie im Vortrag, warum der Mensch Basenbildner braucht, um gesund und energiegeladener zu sein, welche Lebensmittel basisch verstoffwechselt werden und mit welchen Tricks wir im Alltag möglichst basenreich essen können ohne zu sehr von unseren Gewohnheiten abweichen zu müssen.

