



Sylvia Herbek, Mehr vom Leben
Ernährung nach TCM
Basenfasten
Thermomix®-Repräsentantin
2451 Hof/Lbg.

Johanna Skrepek
Gsundheitspraxis
2822 Bad Erlach
johanna.skrepek@gsundheitspraxis.at

Ernährungsworkshop

Beschwerden adé:

Wie Sie mit Leichtigkeit durch die Wechseljahre kommen!

Unterschiedliche Ursachen und Auswirkungen.
Wie ist eine Erleichterung möglich?
Welche Lebensmittel können Sie gezielt einsetzen?

Freitag 09. Juni 2017
12:00 – 17:00 Uhr

Gsundheitspraxis, Am Zwickelfeld 3, 2822 Bad Erlach

Themen:

- Mögliche Auslöser und Ursachen
- Säuren-/Basenbalance
- Wirkungsweise verschiedener Nahrungsmittel
- Natürliche Kräuter- und Lebensmittelalternativen
- praktische Tipps für eine leichte Umsetzung
- gemeinsames Kochen und Genießen von vitalen Köstlichkeiten
- Handout

Referentinnen: Sylvia Herbek und Johanna Skrepek

Beitrag: € 54,-- inkl. Lebensmittel und Skripten

Anmeldung erforderlich bis spätestens 07. 06. 2017
telefonisch **0676 533 84 19** oder per mail sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at

Freuen Sie sich auf einen interessanten und genussvollen Nachmittag!

