

Workshop Wunderwerk Darm / Darmsanierung

... em Körper öppis guets tue u gsund dürs Läbe gah...

Warum ist der Darm so wichtig für unsere Gesundheit? Welchen Einfluss hat ein gut funktionierender, gesunder Darm auf unser Leben und unsere Psyche? Was kann unseren Darm schädigen und was stärkt ihn? Was können WIR selbst beeinflussen?

Bei diesem Workshop erfährst Du, wie Du mit der richtigen Lebensweise, Ernährung und Kräutern Deinen Darm unterstützen kannst, was dies für Vorteile haben kann und was es bei einer Darmsanierung zu beachten gibt.

Nebst einem Theorieteil kannst Du draussen mit angeleiteten smovey® Übungen Deinen Kopf durchlüften und frische Luft tanken sowie ein zum Thema passendes Kräuterprodukt herstellen. Ein gemeinsames Mittagessen sowie entsprechende Zwischenverpflegungen runden diesen Tag ab.

Hast Du Lust einen abwechslungs- und lehrreichen Tag mit viel Freude und Spass zu verbringen? Dann melde Dich.

Datum: 1. Oktober 2022

Zeit: 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Fahrni's Oase, Dorfstrasse 22, 3623 Teuffenthal

Kosten: CHF 180 inkl. zum Thema passendes Mittagessen

Anmelden per WhatsApp, SMS oder telefonisch bei:

Fränzi Hofer: +41 79 487 17 76 oder

Helena Fahrni: +41 79 715 66 07

Mir fröie üs uf Di!

Fränzi Hofer + Helena Fahrni



Infos auch unter: www.gesundheit-ernaehrung.ch