

VORTRAG:

Nahrung als Medizin – wie der Körper auf Ernährung reagiert

Referentin:	Renate Emch
Datum:	Mittwoch, 24. September 2025
Zeit:	19:00 bis ca. 21:30 Uhr
Kosten:	CHF 50.–
Ort:	Seminarraum REMA Naturheilkunde GmbH, Aetigkofen
Anmeldung:	bis eine Woche vor dem Kurs per Telefon, WhatsApp oder Mail

Die Idee, dass Nahrung mehr ist als nur Energiequelle, ist uralte. Schon Hippokrates sagte: «Lass Nahrung deine Medizin sein und Medizin deine Nahrung.» Heute belegen zahlreiche wissenschaftliche Studien, dass unsere Ernährung einen tiefgreifenden Einfluss auf unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und sogar unsere Krankheitsrisiken hat.

INHALT:

- Ernährung beeinflusst Entzündungen und das Immunsystem
- Prävention und Therapie durch Ernährung
- Darmgesundheit und Mikrobiom
- Die biochemische Wirkung von Lebensmitteln



Es gelten unsere AGB's (zu finden auf unserer Homepage).