

Frühling - Aufbruch ins volle Leben Anlässe für Dich.

Investiere in Deine Gesundheit!

Lerne Dich so zu ernähren, dass Du Dich fit und munter fühlst.



Vortrag über die Darmgesundheit

Wie Du Dein 2.Gehirn richtig ernähren kannst.

Alles spielt sich im Darm ab. Rund 70% des Immunsystems und der Emotionen sitzen im Darm!

Wie funktioniert Verdauung? Vom Mund zum Magen zu den verschiedenen Darmabschnitten. Wie kannst Du Deinen Verdauungstrakt pflegen. Lerne, was sich alles in Deinem Darm befindet und was dort so passiert. Ungefähr 2 kg Darmbakterien unterstützen oder stören Dein Wohlbefinden.

Viele Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen haben ihre Ursachen im Darm.

Wertvolle Lebensmittel und weitere Helferlein für Deine Verdauung und Darmbakterien.

Donnerstag, 30. März 19 - 21 Uhr

[Zusage](#)



Einführungskurs in die Bedarfsorientierte Ernährung

Essen im biologischen Tagesrhythmus

Diese Ernährungsart ermöglicht es Dir, den Tag mit dem passenden Frühstück zu starten, damit Du Dich gut konzentrieren kannst und in kein Tief fällst. Mit dem richtigen Abendessen kannst Du Dich über Nacht regenerieren und den Tag voller Elan beginnen.

Freue Dich auf ein feines Frühstücksbuffet, ein stärkendes Mittagessen und ein spezielles Zvieri mit ganz vielen praktischen und theoretischen Inputs.

Samstag, 1. April (kein Scherz!) 09.30 - 16.30 Uhr

Ich freue mich auf Deine [Anmeldung](#).



BlueBox – die Box voller Wunder
Der spezielle Ort für Körper, Geist und Seele.
Wir freuen uns auf Deinen Besuch.
Schau Dir unser vielfältiges Programm an.

BlueBox Bern



Ernährungsangebote für Firmen findest Du hier:

manna seminare



Frühlingshafte Grüsse, Gaby Stampfli
info@manna-nahrung.ch
Ich freue mich auf viele Begegnungen.

Folgen Sie mir



