

VORTRAG: FIT DURCH DEN HERBST

# Immunsystem stärken

*mit Bewährten aus TCM und europäischer Naturheilkunde.*

**Di. 29.09.2020 / 19:00 - 21:00 h**

**Veranstaltungszentrum Wartberg/Aist**

Der Herbst zeigt sich in seiner vollen Pracht und doch ist die Erkältungs- und Grippezeit nicht mehr weit. Jetzt ist die Zeit die Ernährung der Jahreszeit anzupassen und das Immunsystem zu stärken. Die Traditionelle Chinesische Medizin und die europäische Naturheilkunde bieten dazu verschiedenste Möglichkeiten und aus diesem reichen Schatz schöpfen wir an diesem Abend.

## **INHALT IM ÜBERBLICK:**

- Interessantes zum Thema Immunsystems
- Immunstärken durch Ernährung
- Immunstärkende Kräuter und Hausmittel
- Nahrungsergänzung und Vitalpilze
- Lebensführung



DGKS, TCM PRAKTIKERIN,  
RESILIENZ- & GESUNDHEITSFÖRDERUNG

CLAUDIA KEPPELMÜLLER-REITTER

**Tel: 0676 70 34 551 | Mail: [claudia@kraft-und-freude.at](mailto:claudia@kraft-und-freude.at)**

**Facebook | [www.kraft-und-freude.at](http://www.kraft-und-freude.at)**

