



INFORMATIONSANLÄSSE
 zum Thema
ERNÄHRUNG

Vortragsthema* <small>*Details siehe Rückseite</small>	Datum	Zeit
Ernährung Teil I	Sa 11.09.2010	09.00 – 13.00 Uhr
Ernährung Teil II	Sa 30.10.2010	09.00 – 13.00 Uhr
Ernährung Teil III	Sa 15.01.2011	09.00 – 13.00 Uhr
Ernährung Teil IV	Sa 26.03.2011	09.00 – 13.00 Uhr
Ernährung Teil V	Sa 14.05.2011	09.00 – 13.00 Uhr

Ort

Zentrum Monséjour, 1. Stock, kleiner Saal
 Quaistrasse 2, **6304 Küssnacht am Rigi**

Referent

Jesse De Groodt, Osteopath D.O., BSc. (HONS.) Ost. Med.

Kosten

pro Person und Vortrag, inklusive Unterlagen: **CHF 25.-**

Anmeldung

Bitte ausgefülltes **Anmeldeformular** an obgenannte Adresse einsenden oder faxen. Oder schicken Sie uns eine E-Mail an praxis@osteohomeo.ch.

✂ -----

ANMELDEFORMULAR (die Ernährungsvorträge können auch einzeln gebucht werden)

Vortragsthema _____ _____ _____ _____ Name / Vorname _____ _____ Strasse _____ _____ Telefon _____ _____	Datum des _____ Vortrages _____ _____ _____ PLZ/Ort _____ _____ Anzahl Pers. _____ _____
---	---



Praxis für Osteopathie und Homöopathie De Groodt

Luzernerstrasse 9, 6403 Küssnacht am Rigi Tel 041 - 850 83 83 Fax 041 - 850 83 84

VORTRAGSTHEMEN

Ernährung Teil 1

Verdauung: Was kann unsere Verdauung negativ beeinflussen? Wie sieht die ideale Ernährungszusammensetzung aus? Welche Rolle spielen Fette, Kohlenhydrate und Eiweisse? Was geschieht bei falschen Mengenverhältnissen wie beispielsweise zu viel raffiniertem Zucker? Was belastet unseren Körper?

Nebst der Beantwortung dieser Fragen zeigen wir Ihnen auf, dass Fluor in der Zahnpasta nicht nur positive Wirkung hat; wir diskutieren die Kuhmilch-Kontroverse, die Rolle des Wassers und der ungesättigten Fettsäuren; wir präsentieren Ihnen sechs Massnahmen für eine gesündere Ernährung und geben Ihnen viele Tipps für die tägliche Küche.

Ernährung Teil 2

Hier erfahren Sie alles, was Sie über Vitamine und Mineralstoffe wissen sollten.

Ernährung Teil 3

Wir verschaffen Ihnen einen Überblick über heilende/gesunde und krankmachende/ungesunde Nahrungsmittel.

Ernährung Teil 4

Wir zeigen Ihnen auf, wie stark die Ernährungsform in Wechselwirkung mit körperlichen Beschwerden steht und besprechen dazu klinische Beispiele: von Migräne, Rheuma und Allergien bis hin zu Krebs. Zudem erläutern wir Ihnen Wissenswertes zu den Themen Übergewicht, Ernährung und Sport, Candida - Belastung, Säure-Base-Gleichgewicht, freie Radikale, Schwermetallvergiftungen und Amalgam.

Ernährung Teil 5

Wir decken auf, was es mit den heiklen E-Nummern auf den Nahrungsverpackungen auf sich hat, wie die Lebensmittelindustrie immer mehr Nahrung auf eine fragliche Art und Weise manipuliert und welche Folgen dies auf unseren Organismus haben kann. Im zweiten Teil des Vortrags widmen wir uns eingehend den für unseren Körper so bedeutungsvollen Eiweissen (Aminosäuren).

WEITERE INFORMATIONEN ZU UNSEREN VORTRÄGEN FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE www.osteohomeo.ch ODER BESTELLEN SIE EINFACH EINEN ANMELDETALON - WIR FREUEN UNS!