

Vortrag

Stärkung des Immunsystems mit natürlichen Mitteln

Wie kann ich mich innerlich am besten vor Keimen, Viren und Bakterien schützen? Die **Naturheilkunde nach Kneipp, Wasseranwendungen, Heilpflanzen, natürliche erprobte Hausmittel, gesunde Ernährung, Vitalstoffe, Entspannung & gute Laune** sowie die **ätherischen Öle** u.a.m. sind die besten Helfer zur Stärkung unseres Immunsystems, neben **Bewegung und richtigem Atmen**.

Monika Engl und Doris Karadar erklären auf leicht verständliche Weise, wie Sie Ihr **Immunsystem Corona- und Winterfit** machen.



Doris Karadar, Eppan, Dipl. Erborista, Aromatologin, zertifizierte Heilpflanzenexpertin, Heilpraktikerin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Aura Soma Beraterin, Osmologische Begleiterin, Dozentin und Seminarleiterin



Monika Engl, Raas, Kneipp Gesundheits-, Entspannungs- und Shaolin Qi Gong Trainerin, ärztl. geprüfte Fastenleiterin, Lebens- und Ritualberaterin, Expertin Alpines Waldbaden, Seminar- und Wanderleiterin

Termin **Dienstag, 03.11.2020** von 19.30 – 21.30 Uhr

Ort **Vahrn**, Zentrum Manipura hinter der Tankstelle Kostner

Gebühr 20 Euro

Veranstalter In Zusammenarbeit mit dem **Kneipptreff Vahrn**



Anmeldung mind. 1 Tag vorher – da begrenzte Teilnehmerzahl bei Monika Engl 348 6929394 / info@monikaengl.com