



VORTRAG

Energievoll durch die Wechseljahre

Die Wechseljahre können für viele Frauen einen neuen kraftvollen und positiven Lebensabschnitt darstellen. Dennoch sollten die Auswirkungen auf Körper, Stoffwechsel und mentale Gesundheit nicht unterschätzt werden. Im Vortrag «Wie unterstützt die Naturheilkunde hormonelle Veränderungen» erfahren Sie, wie sich Ernährung, Bewegung und Erholung auf Ihr ganzheitliches Wohlbefinden auswirken und wie Sie schon mit kleinen Anpassungen Ihr Körpergefühl und Ihren Schlaf positiv beeinflussen.

- Datum:** Donnerstag, 3. Oktober 2024
- Zeit:** 19.00 bis 20.30 Uhr
- Kursleitung:** Rosemarie Meyer-Strähl, dipl. Drogistin HF,
Eveline Kurmann Ernährungsdiagnostikerin
- Ort:** DROPA Drogerie Cham
- Kosten:** CHF 15.– pro Teilnehmer*in
- Anmeldung:** bis am Samstag, 28. September 2024
telefonisch, per E-Mail oder direkt in der
DROPA Drogerie Cham

Wir freuen uns auf einen erkenntnisreichen
Abend mit Ihnen!

