

# DER DARM

## ZENTRUM UNSERER GESUNDHEIT



Neben der Verwertung unserer Nahrung ist der Darm von besonderer Bedeutung für unser Immunsystem und für viele Aufgaben in unserem Körper zuständig. Die **Referentin Dagmar Simmen, Ernährungsberaterin**, erklärt, welche gesundheitlichen Vorteile ein gut funktionierender Darm bringt.

**Erfahrungsberichte und Fallbeispiele aus der Praxis** sollen interessierten Personen den eigenen aktiven Weg zu einem gesunden Darm und zu mehr Wohlbefinden aufzeigen.

Allgemeine Verfassung und Gesundheit – Unterstützung des Immunsystems - Intoleranzen – gesunde Haut - Entgiftung - Gewichtskontrolle – emotionales Wohlbefinden - gut funktionierender Stoffwechsel – intaktes Verdauungssystem

**Freitag, 16. Oktober 2020**

**Studio T-Power Move am Stalden 3, 5014 Gretzenbach**

**19:30 – 21:30 Uhr**

Kosten: 20.- pro Person, inkl. Kursdokumentation

**Anmeldung:** bis 12. Oktober 2020 bei Katrin von Arx 079 585 76 85 /

[vonarx.k@bluewin.ch](mailto:vonarx.k@bluewin.ch) oder bei Kerstin Gerber 079 633 83 43

