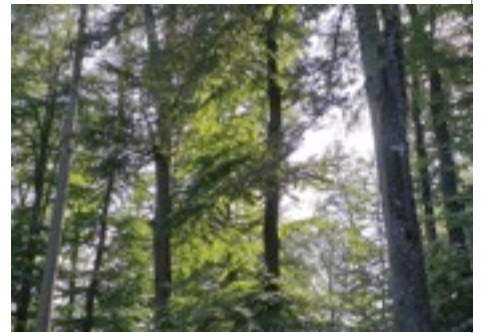


Immun-System Stärken - Aber W I E ?

Erlebnis-Seminar mit allen Sinnen

Sonntag, 18. Oktober 2020, 15 bis 18 Uhr



Die Entwicklung von Schöpferkraft als Sehnsucht & spirituelle Aufgabe des Menschen in der Zukunft

Die „Corona-Zeit“ stellt unsere Lebensfreude auf den Prüfstand. Das, was bisher Halt im Leben gegeben hat, ist nahezu weggebrochen. Hinzugesellt haben sich Verzagtheit, Spaltung, Angst bis hin zur Depression.

Wie können wir unsere Zukunft mit Eleganz, Zuversicht und einem heilsamen Seelenlicht aktiv und freudig gestalten? Basis für eine freudvolle, mündige Begegnungskultur ist eine stabile Immunkraft. Ist die Immunkraft intakt, sind die Beziehungen zwischen Menschen ehrlich und wahrhaftig, vermindert sich die Gefahr des Infekts. Wie entwickeln wir eine beste Lebenskraft, geordnetes, logisches Denken, Unterscheidung und sinnerfüllte, kulturschaffende Ziele?

Inhalte:

- Welche Bedeutung hat das Immunsystem?
- Was schwächt die Immunkraft?
- Was stärkt und fördert die Immunkraft?
- Tips zur Ernährung
- Yogaübungen zum besseren Schlafverhalten

Referent:

Frieder Bauer, Yogalehrer, Berater für Gesundheitsbildung

Veranstaltungsort:

Yogastudio Bauer
Gartenstraße 10a

Preis: 20 €
(incl. Kaffee & Gebäck)

Info & Anmeldung:

Telefon: 07732 / 94328
www.yoga-studio.bauer.de

Veranstalter: DER MÜMDIGE MENSCH e.V.
Hörstraße 6 - 78315 Radolfzell am Bodensee

