

Ganzheitliche Gesundheit: Vorträge - Seminare – Kochkurse

„Die Heilkräftige Energie Nahrung“ mit Dr. med. John Switzer

„Lasst Eure Nahrung Eure Medizin sein“ hatte einmal Hippokrates, der Vater der Medizin, gesagt. Eine zeitlose Wahrheit!! – aber welche Nahrung hat er damit gemeint?? Inzwischen glaube ich, diese Frage beantworten zu können. Besonders heilkräftig sind Nahrungsmittel die viel Chlorophyll, Enzyme, Spurenelemente, Bio-Photonen, probiotische und sekundäre Pflanzenstoffe enthalten. Wo man diese Nährstoffe findet, welche es sind und wo es sie gibt, das sind die Themen in unseren Vorträgen und Seminaren, zu denen ich Sie herzlich einladen möchte. Wissen hat organisierende Kraft die wir für unsere Gesundheit und Wohlbefinden einsetzen können.

Vortrag „Steigern Sie Ihre Gehirnkraft und schützen Sie sich vor neurologischen Erkrankungen wie Parkinson und die Alzheimer Demenz!“

Depressive Erkrankungen, Morbus Parkinson und die Alzheimer Demenz sind typische Erkrankungen des Gehirnstoffwechsels. Mit dem Ayurveda und eine heilkräftige Ernährungsweise kann man sich davor schützen.

*Donnerstag, 25. Juni 2009 um 20:00 im **Akasha Buchladen**, Buttermelcherstr. 3 - beim Gärtnerplatz*

*Mittwoch, 13. Mai 2009 um 19:30 im **Hotel Isartor**, Baaderstr. 2*

*Mittwoch, 23. September 2009 um 19:30 im **Hotel Isartor**, Baaderstr. 2*

*Mittwoch, 18. November 2009 um 19:30 im **Hotel Isartor**, Baaderstr. 2*

Vortrag „Gesundheit entsteht aus einem gesunden Darm“

Laut Hippokrates ist der Darm der Ausgangspunkt für sämtliche Krankheiten. Mit einfachen Strategien aus dem Ayurveda kann jeder seine Verdauungsabläufe optimieren.

*Mittwoch, 17. Juni 2009 um 19:30 im **Hotel Isartor**, Baaderstr. 2*

*Mittwoch, 11. November 2009 um 20:00 im **Akasha Buchladen**, Buttermelcherstr. 3 – Gärtnerplatz*

Vortrag: „Optimieren Sie Ihre Gesundheit mit Ayurveda“

Optimieren Sie Ihre Gesundheit mit dem Ayurveda. Alles über die Doshas, Dhatus, Stoffwechsel, Entschlackung und eine heilkräftige, Typ-spezifische Ernährung. Ein Vortrag mit vielen Tipps die Sie zuhause anwenden können!

*Mittwoch, 14. Oktober 2009 um 19:30 im **Hotel Isartor**, Baaderstr. 2*

Vortrag: „Spirituelle Ernährung“ Wie versetzen Sie durch hochenergetische Nahrung Ihre spirituelle Wahrnehmung in die optimale „Körper-Geist-Schwingung“?

*Donnerstag, 29.10.09 im **Akasha Buchladen**, Buttermelcherstr. 3 – beim Gärtnerplatz*

*Mittwoch, 25.11.09 um 19.30 Uhr in der **Psych. Buchhandlung**, Haimhauserstr. 5 in München*

Alle Vorträge ohne Anmeldung! Kostenbeitrag € 8,- Für Mitglieder des „Vitalia e.V.“ € 6,-

Wildkräuterwanderung mit Dr. John Switzer

Entdecken Sie die essbaren Wildkräuter vom Starnberger See! Alle Kräuterwanderungen beginnen am Kirchplatz 7, 82340 Feldafing, nur 800 m von der S-6 Haltestelle Feldafing.

Termine 2009:

Samstag, 18. April 2009, 14:00 – 18:15; am Kirchplatz 7 in Feldafing

Samstag, 27. Juni 2009, 14:00 – 18:15; am Kirchplatz 7 in Feldafing
Samstag, 15. August 2009, 14:00 – 18:15; am Kirchplatz 7 in Feldafing
Samstag, 17. Oktober 2009, 14:00 – 18:15; am Kirchplatz 7 in Feldafing

Bei unserer Wildkräuterwanderung werden Sie viele essbare und heilkräftige Wildpflanzen kennen lernen. Anschließend gibt es schmackhafte und nährstoffreiche Frischkost- und Wildkräutergerichte auf Gourmet-Niveau zu genießen.

Kostenbeitrag: € 47,- Mitglieder „Vitalia e.V.“ € 40,- Anmeldung Tel. 08157-7152

Kochkurse mit Dr. John Switzer:

„Die heilkräftige Energienahrung und ihre Zubereitung“

Termine Heilkräftige Ernährung Kochkurse 2009:

Samstag, 16. Mai, 14:00 – 18:00; am Kirchplatz 7 in Feldafing
Samstag, 25. Juli, 14:00 – 18:00; am Kirchplatz 7 in Feldafing
Samstag, 26. September, 14:00 – 18:00; am Kirchplatz 7 in Feldafing
Samstag, 21. November, 14:00 – 18:00; am Kirchplatz 7 in Feldafing

Sie werden staunen wie schnell heilkräftige „Fastfood“ Frischkostrezepte entstehen können. Lernen Sie, wie man Wildkräuter und andere nährstoffhaltige Zutaten täglich in der Küche einsetzen können.

Kostenbeitrag: € 47,- Mitglieder „Vitalia e.V.“ € 40,- Anmeldung Tel. 08157-7152

Seminar: Ganzheitliche Strategien und Behandlungen bei Arthrose, Osteoporose, Rücken- und Gelenkbeschwerden

Bei diesem Seminar werden aus den Bereichen Ayurveda, amerikanische Chiropraktik, Dr. Switzer's heilkräftige Ernährung und PST (Pulsierende Signal Therapie) wirksame Therapiemöglichkeiten präsentiert.

Samstag, 10. Oktober 2009, 14:00 – 18:00 Hotel am Isartor, Baaderstr. 2-4, München

Kostenbeitrag: € 15,- Mitglieder „Vitalia e.V.“ € 10,- Anmeldung Tel. 08157-7152

Vorträge über PST (Pulsierende Signal Therapie) Frau Julia Merholz

Die Vorträge finden immer am ersten Dienstag im Monat statt: 05.05., 02.06., 07.07., 04.08., 01.09., 06.10., 03.11., 01.12.2009; jeweils um 18:00; **Hotel Isartor, Baaderstr. 2**

Tagesseminar: Aktives Ganzheitliches Sehtraining (siehe beiliegenden Flyer), Frau Shery Simeon, Heilpraktikerin und Sehtrainerin

Termin 1: Samstag, 4. Juli 2009 in Feldafing

Termin 2: Sonntag, 12. Juli 2009 in München - Zentrum

Dauer jeweils von 10:30 bis 18:00 Uhr (Mittagspause von ca. 13:00 bis 14:00 Uhr)

Da an beiden Terminen nur eine begrenzte Anzahl Plätze zur Verfügung steht, ist eine telefonische Anmeldung bis 2 Wochen vor dem Seminartermin erforderlich, Tel. 089 37508942.

Kostenbeitrag € 85,- Das Fortsetzungsseminar ***Gesundes und entspanntes Arbeiten am Computer*** findet am 26. 7. 2009 statt.