

**Wir helfen
hier und jetzt.**



Einladung zu Gesundheitsvorträgen

Die Einladung richtet sich an alle gesundheitsbewußten Menschen, die sich für neue Wege in der Gesundheitsvorsorge interessieren.

Vortrag am Dienstag 09.01.24

Thema: Mit Aromaölen das gesundheitliche Wohl steigern

Es erwartet Sie ein informativer und dennoch entspannter Vortrag über Düfte. Sie erfahren Wissenswertes rund um Aromaöle. Bei welchen Beschwerden können naturreine Öle helfen? Haben sie eine antibakterielle Wirkung? Wie werden sie richtig angewendet? Auch die Möglichkeiten der Raumbeduftung werden thematisiert. Riechen und erleben Sie die Wirksamkeit der reinen ätherischen Öle und erfahren, wie Sie Ihr Wohlbefinden stärken und fördern können.

Vortrag am Dienstag 23.01.24

Thema: Schutz vor Viren und Bakterien

Wie können wir Erkältungen, Grippen und andere virusbedingte Atemwegserkrankungen besser überstehen oder ihnen vorbeugen.

Täglich begegnen wir einer Vielzahl von Erregern wie Viren, Bakterien oder Pilzen. Doch nicht jeder Kontakt führt automatisch zu Krankheit.

Für die unterstützende Behandlung bei einem grippalen Infekt stehen eine ganze Reihe von pflanzlichen Ölen zur Verfügung, welche die erkältungsbedingten Beschwerden lindern und auch das Risiko einer Sekundärinfektion senken können.

Vortrag am Dienstag 06.02.24

Thema: Gesund und munter bis ins hohe Alter – sinnvolle Gesundheitsvorsorge

Wirkliche Gesundheit bis ins hohe Alter ist die Herausforderung unserer Zeit.

Diese Aufgabe ist nicht mit Medikamenten zu bewerkstelligen, sondern bedarf einer bewussten Lebensweise.

Gesundheitsvorsorge macht Spaß, vor allem, wenn sich das Wohlbefinden, die Leistungsfähigkeit und die Ausstrahlung damit merklich erhöhen und verbessern, gleichzeitig kleinere Gesundheitsproblemchen sich in Luft auflösen.

Vortrag am Dienstag 20.02.24

Thema: Pflanzliche Mittel für seelische Gesundheit

Die immense Wichtigkeit der seelischen Gesundheit wird vielen Menschen erst dann bewusst, wenn sie bereits an psychischen Beschwerden leiden. andauernder Stress, Belastungen und das damit verbundene seelische Ungleichgewicht können letztendlich zu ernstzunehmenden seelischen sowie körperlichen Erkrankungen führen. Doch was ist eigentlich seelische Gesundheit und kann man sie wirklich so einfach beeinflussen?

Ort: ASB-Begegnungszentrum Jakobstraße 5, Hinterhaus, 02826 Görlitz

Uhrzeit: 19:00 Uhr

Dozent: Franz Siegler - Gesundheitspraxis

Kosten: kostenfrei, um einen Spendenbeitrag in die Spendenbüchse wird gebeten

Anmeldung: telefonische Voranmeldung 03581/6837067