
Einfach Frau sein

Im Leben einer Frau gibt es viele Abschnitte, der Lebensrhythmus und auch der Hormonhaushalt ist in Veränderung - von der Pubertät bis zu den Wechseljahren.

Kräuter sind im Laufe des Frauenlebens hilfreiche Begleiter zur Erhaltung unserer Gesundheit, sowie auch zur Linderung von hormonbedingten Beschwerden.

Wir wollen gemeinsam die wichtigsten Kräuter kennen lernen, welche wir dann verarbeiten (zwei Produkte können mit nach Hause genommen werden) und natürlich auch ausprobiert werden.

Wir werden uns auch mit den typischen Frauenproblemen aus ganzheitlicher Sicht beschäftigen bzw. lernen auf unseren Körper zu hören und ihn versuchen zu verstehen.

Verfügbare Termine

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	€ 20,00 (pro Person inkl. Skriptum zuzügl. Materialkosten)
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	für alle Interessierten