

---

## Stille Entzündungen vermeiden

Entzündliche Prozesse sind an Alterungsprozessen und der Entstehung vieler chronischer Krankheiten beteiligt. Energielosigkeit, Müdigkeit, immer wiederkehrende Erkältungen - die Anzeichen für stille Entzündungen im Körper sind vielfältig und oft nicht eindeutig. Dieser Workshop zeigt die Zusammenhänge von stillen Entzündungen und häufig auftretenden Erkrankungen auf.

Es gibt viele Tipps wie Sie mit Ernährung und Bewegung positiv Einfluss nehmen können.

---

### Information

**Kursdauer:** 2 Einheiten

**Kursbeitrag:** 20,00 € TN-Beitrag

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

### Verfügbare Termine