



**Patientenschulungen und präventives Gesundheitscoaching**

Dr. med. Katja Tischer - Hauptstr. 55 b - 86926 Greifenberg

## **EINLADUNG**

**zur Seminarreihe „Mikrobiom und Ernährung“**

### **Teil 1 Samstag, 04.03.2023 10:00 - ca.13:30 Uhr**

Mikrobiom: Was versteht man darunter und welche Bedeutung hat es für unsere Gesundheit?

Ernährung: Warum essen wir eigentlich und was essen wir?

Darm-Mikrobiom und Ernährung: Wie hängt das zusammen?

### **Teil 2 Samstag, 18.03.2023 10:00 - ca.13:30 Uhr**

Welche Bedeutung hat Entzündung für chronische Erkrankungen?

Was sind Mikronährstoffe, sekundäre Pflanzenstoffe und komplexe Kohlenhydrate und welche Bedeutung haben sie für unsere Gesundheit?

Entzündungshemmende Ernährung

#### **Hinweise:**

Mindestalter 16 Jahre, keinerlei medizinische Vorbildung erforderlich

Frau Dr. Tischer vermittelt wissenschaftliche Grundlagen zur Thematik in allgemeinverständlicher Sprache.

Der Fokus liegt auf der praktischen Relevanz für unser tägliches Leben.

**Kosten:120,00 EUR** (60,00 EUR/Teil) inkl. Mwst. pro Person

**Ort: Praxis Dr.med. Katja Tischer, Hauptstr. 55b, 86926 Greifenberg (Ärztelhaus Greifenberg)**

**Anmeldeschluss: 24.2.2023**

**Achtung: begrenzte Teilnehmerzahl: 13 Personen**