sana natura

DEIN KÖRPER IM WANDEL

WECHSELJAHRE
NATÜRLICH BEGLEITEN

Die hormonelle Veränderung in der Lebensmitte beginnt oft schleichend und zeigt sich bei jeder Frau anders. Dieser Abend richtet sich deshalb an Frauen, die sich frühzeitig informieren und ihren Körper gut auf diese Lebensphase vorbereiten möchten, ebenso wie an Frauen, die bereits erste Veränderungen oder Beschwerden wahrnehmen. Du erfährst verständlich, was hormonell im Körper passiert und wie du dich mit Ernährung, Bewegung, Lebensstil und naturheilkundlichen Möglichkeiten gezielt unterstützen kannst.

SELBER MACHEN & MITNEHMEN

Wir stellen gemeinsam ein Naturprodukt für zuhause her. Inklusive Handout, Rezeptideen und Begleitpaket.



DATUM Wähle deinen bevorzugten Abend:
8. Feb / 8. Mrz / 5. Apr 2027 | jeweils 19:00 - 21:00 Uhr

ORT Emil-Staub-Strasse 2, 8708 Männedorf

PREIS CHF 65.- pro Person

ANMELDUNG über den QR-Code →

Ich freu mich auf dich!

