



Gut im Bild

Haus Gutenberg

Bildung | Seminare

Burgweg 8, 9496 Balzers

Telefon +423 388 11 33

gutenberg@haus-gutenberg.li

www.haus-gutenberg.li

Der Darm, die «Wurzel der Pflanze Mensch»

Franziska Büchel

5. und 12. November 2018, 19.00 Uhr

Haus Gutenberg, Balzers



Schon zu Beginn des letzten Jahrhunderts verglich der damals fortschrittliche Kurarzt F. X. Mayr den Darm mit den Wurzeln einer Pflanze. So wie eine Pflanze nur mit gesunden Wurzeln in einem guten Boden gedeihen kann, so ist eine gute Verdauung wichtig für die menschliche Gesundheit. Vom gesundheitlich hochwertigsten Essen kann der Mensch nur profitieren, wenn die Nährstoffaufnahme im Darmtrakt gut funktioniert. Zudem spielt der Darm auch für das Immunsystem und die Psyche eine entscheidende Rolle. Unser Darm reagiert sehr sensibel. Über Millionen von Nervenzellen hat er direkten Kontakt mit dem Gehirn – manche bezeichnen ihn sogar als unser zweites Gehirn.

An den beiden Abenden wollen wir folgenden Fragen nachgehen: Wie wichtig ist der Darm für unsere Gesundheit? Welche Zusammenhänge gibt es zwischen Krankheiten und dem Darm bzw. der Darmflora? Wie pflegt, schützt und regeneriert man das lebenswichtige Darmbiotop?

Franziska Büchel

Naturärztin beim Naturärzterverband Schweiz – eigene Naturheilpraxis in Ruggell

Beitrag

CHF 30.– für beide Abende (Abendkasse am 5. November 2018)

Anmeldung

Wir bitten um Anmeldung bis 29. Oktober 2018.