



Säure-Basen-Haushalt

Im Vortrag geht es um folgende Themen:

- Kann der Körper tatsächlich übersäuern?
- Anzeichen einer „Übersäuerung“
- Welche Lebensmittel wirken basisch oder säurebildend?
- Unterschied zwischen saurem Geschmack, Magensäure und säurebildende Wirkung im Körper
- Vor- & Nachteile einer Säuren-Basen-Ernährung
- Sind Nahrungsergänzungsmittel (Schüssler Salze, Basenpulver...) sinnvoll?

Von einer Säuren-Basen-Balance profitieren besonders Teilnehmer mit:
Übergewicht, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Gicht, Rheuma, Osteoporose,
Gelenkbeschwerden und für alle präventiv!

Anmeldung und Infos:

E-Mail: sonja-wetterich@web.de

Telefon: 0174 9945325

<https://issdichgesund.mobirisesite.com>



Ich freue mich auf Euch

Sonja Wetterich
Diät- & Ernährungstherapie