

**Dr. Anne Katharina
Zschocke**

**Darmfreundliche Ernährung
und die
Heilung von Darmerkrankungen**



Tagesseminar

**Samstag, den 29. Juni 2019
9.30 – 18 Uhr**

Kurhaus Bad Hamm

Darmfreundliche Ernährung und die Heilung von Darmerkrankungen

Der Darm ist in unserem Körper das Organ, wo die Nahrung ins Blut überführt wird, um damit den ganzen Menschen zu versorgen. Dies geschieht mit Verdauungsprozessen, mit Hilfe der Bakteriengemeinschaft (Mikrobiom) und mit gesunden Körperzellen.

Bedeutend ist dabei eine heile Darmschleimhaut. Wenn sie geschwächt ist, lässt sich dies an Verdauungsstörungen, Schmerzen oder Unverträglichkeiten ablesen. Der Darm ist ein Grenzorgan, wo Außenwelt (Nahrung) und die Individualität der Person sich berühren. Hier spiegelt sich auch die Begegnung des Menschen mit der Umwelt. Folglich ist im Darm ein großer Teil des Immunsystems aktiv und reguliert von da aus die ganze körperliche und sogar seelische und psychische Gesundheit. Zahlreiche Krankheiten, auch von Kreislauf und Gehirn nehmen vom Darm ihren Ausgang von denen man es lange nicht vermutete. Hier hilft eine tiefgehende Darmheilung.

Diäten gibt es genug. Aber wie sollte grundsätzlich für den Menschen eine Ernährung gestaltet sein, damit sie im Darm auf gesunde Weise ins Blut gelangen kann? Was sollte man meiden?

Welche Zusammensetzung und Qualität der Nahrung ist dabei zu beachten? Welche Rolle spielt die Ernährung bei Darmkrankheiten? Und nicht nur Lebensmittel, auch Luft, Licht und Seelennahrung ernähren den Menschen. Was kann man tun, damit man gesund bleibt oder damit man von Krankheiten tiefgehend geheilt wird?

Seit 19 Jahren ist Dr. Anne Katharina Zschocke international als Pionierin der Bakterienheilkunde tätig. Sie ist die führende Kapazität in Europa sowie Autorin von fünf wegweisenden Büchern.

www.darmbakterien-buch.de www.natuerlich-heilen-mit-bakterien.de

Teilnahmebeitrag: **125 €** (inkl. Kaffeepausen u .Seminarbeitrag)
Mittagessen (wahlweise) **14,50 €** (Details siehe www.frei-und-vital.de)

Ort: Kurhaus Bad Hamm, Ostenallee 87, 59071 Hamm

Anmeldungen bei: **Gaby Krain**, Asternweg 22, 59229 Ahlen-Dolberg
gaby.krain@web.de

Melden Sie sich bitte per E-mail oder per Post an und zahlen die Teilnahmegebühr auf das Konto: IBAN DE84 4128 0043 0550 6621 00 ein. Sie erhalten dann eine Bestätigung.

Erst die Bezahlung der Teilnahmegebühr gilt als Reservierung.

Bei Verhinderung können Sie gerne jederzeit einen Ersatzteilnehmer stellen. Siehe auch www.frei-und-vital.de