



Das online-Seminar, das dich gesund durch den Winter bringt

IMMUNSYSTEM

Stärke deine Abwehrkräfte mit BoE

Workshop mit Ulla Baumann

Wenn dich mal eine Winter-Erkältung erwischt, können Echinacea (Sonnenhut), Ingwertee und Zitrone hilfreich sein. Doch um seine volle Stärke aufzubauen, braucht dein Immunsystem weit mehr als diese Nothelfer. In diesem neuen Online-Kurs lernst du alles, um fit und gesund durch den Winter zu kommen.

Entscheidend ist das Immunsystem nicht nur gegen Erkältungen und Grippe – es ist auch der zentrale Faktor bei verschiedensten Allergien, bei Nahrungsunverträglichkeiten und sogar bei Diabetes 2 oder Krebserkrankungen. Kurz gesagt: Es ist die beste Vorsorge!

Für diesen Themenkurs sind die theoretischen und praktischen Grundlagen der Bedarfsorientierten Ernährung BoE Voraussetzung. Diese hast du dir in einem entsprechenden Kurs angeeignet oder mit Ulla's BoE-Koch- und Lehrbuch 'Bedarfsorientierte Ernährung im Tagesrhythmus nach der Organuhr' im Selbststudium erarbeitet.

Vertrauen, Zuwendung und Mut sind grundlegend wichtig für die körperliche, seelische und geistige Gesundheit.

BoE-Workshop: ImmunSystem

Ulla Baumann erforscht seit über 30 Jahren die Zusammenhänge der Bedarfsorientierten Ernährung nach Heinrich Tönnies. Ihr Wissen gibt sie in Privatsitzungen, Kursen und Ausbildungen weiter.

Mehr zu Ulla Baumann (BoE-Ausbildungen ab 1985 bei H. Tönnies + A. Schropp): www.boe-online.ch

Dienstag, 1. Dez. 2020 9 – 17 h mit Pausen

Der Kursinhalt im Überblick

- Kurze Wiederholung der BoE-Begriffe
- Physiologie, Aufgaben, Funktionsweise des Immunsystems
- Ursachen von Immunschwäche und Überreaktionen
- Therapiemöglichkeiten bei Infektionskrankheiten, Erkrankungen der Atemwege, Ausscheidungsorgane, Haut etc.
- Therapiemöglichkeiten bei Kinderkrankheiten
- Abwehrkräfte vorbeugend stärken
- BoE-Krankenkost und Schonkost
- Das Vertrauen in die Selbstwahrnehmung stärken

Mit Manuskript 'Immunsystem' und Weiterbildungsbestätigung. Schau zu deiner Gesundheit – [gleich anmelden!](#)

Leitung: Ulla Baumann (Heilpraktikerin NVS, SPAK, SVEB)
Kosten: CHF 210.- inkl. aktualisiertes Skript 'Immunsystem'
Kursort: Online zuhause über Zoom (Link wird zugesandt)
Es können live Fragen gestellt werden ☺
Anmeldung: [per Web](#), [Mail](#), Telefon



LEBENSRAUM

Ebnetweg 1
CH-6045 Meggen
Tel: 041 377 02 16

mail@lebensraum-kurse.ch
www.lebensraum-kurse.ch