

# GESUNDHEITSTAG 27. MÄRZ 2021 IN THUN



## VORBEUGEN STATT HEILEN

Wir leben in unsicheren Zeiten und der Wunsch, uns möglichst gut auf gesundheitliche Angriffe vorzubereiten ist gross. Wie kann ich auf natürliche Weise und einfach mein Immunsystem stärken? Hanspeter Horsch, wird uns leidenschaftlich gern hineinnehmen in die Welt der Natur und den schier unendlichen Möglichkeiten, uns gesund zu erhalten. Er versteht es, uns in diesem Dschungel Orientierung zu verschaffen und die Wirkungswege verschiedenster Mittel zu erklären. In den Workshops am Nachmittag wird es dann richtig praktisch.

### REFERENT



#### **Hanspeter Horsch**

kant. appr. Heilpraktiker, Drogist HF, Inhaber einer Drogerie und einer Naturheilpraxis in Heiden AR

Obwohl das Immunsystem ein Körperorgan ist, kann man es nicht fassen wie andere Organe (Herz, Magen usw). Gerade weil die Wahrnehmung uns so wenig bewusst ist, möchten wir dieses wunderbare System etwas genauer anschauen. Vor allem soll uns beschäftigen, was wir tun können, um eine stabile Abwehr aufrecht zu erhalten. Das Erstaunliche ist, dass es keine chemischen Medikamente gibt um das Immunsystem belastbarer zu machen. Alles was uns verfügbar ist, stammt aus unserer natürlichen Umgebung.



## WORKSHOPS



### **Irene Gödderz**

diplomierte Aromatherapeutin und Beraterin für Darmgesundheit und hormonelles Gleichgewicht

Vorbeugen – das ist der Traum und die Vision eines jeden Naturheilkundlers. Mithilfe der Aroma- und Phytotherapie will ich ganz praktisch aufzeigen, was Sie tun können, um Ihr Immunsystem zu stärken, Ihre Gesundheit nachhaltig und ganzheitlich zu fördern und zu unterstützen.



### **Doris Zurbrügg**

Pflegefachfrau, Herzinsuffizienzberaterin und weitergebildet in «integrativer Phytotherapie»

Das Leben ist voller Wunder! Und der Schöpfer hat sich etwas überlegt dabei. Während des Workshops tauchen wir ab in diese Welt und entdecken: Vorbeugen beginnt in meinem Herz und führt ein paar Schritte vor die Haustür.

Weitere Workshops zum Thema sowie Kräuterwanderungen sind in Vorbereitung und werden übers Jahr verteilt angeboten werden. Auskunft darüber finden Sie regelmässig auf unserer Homepage.

## INFOS

**Veranstaltungsort:** Moosweg 5, 3645 Gwatt

**Datum:** Samstag, 27. März 2021, 9.30 – 16.30 Uhr

**Kosten:** CHF 80.– pro Person, CHF 130.– Ehepaare (an der Tageskasse)

**Verpflegung:** Selbstverpflegung, Getränke und Snacks sind erhältlich

**Anmeldung:** Bis 22. März 2021 auf [www.ggzg.ch](http://www.ggzg.ch) / Seminare & Kurse

**Kontakt:** [info@ggzg.ch](mailto:info@ggzg.ch), +41 (0)33 334 73 73