

# Was uns wirklich nährt

## Bewußt essen, Kraft schöpfen - Einklang finden nach innen und nach außen

mit Christel Pohlhausen und Kurniati Ai Shì F. Tan

Lebensmittel sind Mittel zum Leben. Sie helfen, das Leben in und um uns aufzunehmen, zu gestalten und unsere Potentiale besser auszuschöpfen. Die bewusste Auswahl unserer Lebensmittel trägt zur Heilwerdung bei. Konventionelle Nahrungsmittel können dies oft nicht mehr leisten und belasten mit ihren unnatürlichen Füllstoffen unter Umständen zusätzlich.

Wenn wir wieder lernen, auf unseren Körper zu hören, zeigt er uns, wie wir Licht und Ordnung in unsere Zellen zurückbringen. *Man ist, was man isst.* Wie und was wir essen und auch die Art und Weise der Zubereitung haben Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Schmauen und die richtige Kerntemperatur von 37° C sind die Voraussetzung für die Enzymtätigkeit und für unseren Stoffwechsel.

In diesem Workshop wollen wir uns damit beschäftigen, wie man lebendige, aktivierte Lebensmittel einfach selber herstellt und mit allen Sinnen das wieder schätzen und lieben lernen, was uns wirklich nährt.

Sauberes Wasser, fruchtbare Böden und lebendiges Saatgut sowie die feinstoffliche Ebene sind die Basis für im Sinne des Wortes heile Lebensmittel.

Eigene Beschränkungen und Blockaden wollen wir bewusst machen, lösen und einen neuen Einklang im Innen und Außen zurückerlangen.



Der Workshop findet am **Sonntag, den 16. März 2025** von **11.00 Uhr bis ca. 17.30 Uhr** in unseren Seminarräumen **Zum Steimelsberg 1** in **53773 Hennef** statt.

Wer mag bringt bitte ein Fieberthermometer mit.

**Teilnahmebeitrag:** 260,- Euro inkl. Mittags- und Kaffeepause

Schriftliche Anmeldung ist erforderlich bei:

Strücker energetische Konzepte gmbh

info@energetische-konzepte.de

Fon: 02242-868833 Fax: 02242-868834

(di. mi. fr. 9.30 Uhr – 17.00 Uhr)



## Anmeldung

Hiermit melde ich mich zur Teilnahme am Workshop **Was uns wirklich nährt** am 16. März 2025 an:

Name:

Adresse:

Telefon:

E-Mail:

Unterschrift:

*Wir geben personenbezogene Daten nicht an Dritte weiter und verwenden sie ausschließlich vertragsbezogen und konform mit der DSGVO.*

