

EVENTS



Details  
auf der  
Rückseite

Neu in der medora:  
**„Heilpraktik & Mehr“**

**Jetzt 30 Min. unverbindliche  
Beratung vereinbaren!**

Termine unter 02191.6968341 oder [info@medora-remscheid.de](mailto:info@medora-remscheid.de)



Details zu den neuen Möglichkeiten  
finden Sie in unserer Broschüre.  
Einfach QR-Code scannen oder an  
der Rezeption beraten lassen.

**med<sup>25</sup> JAHRE IN BEWEGUNG**  
**ora**

## **Vortrag: „Basenfasten für Körper und Gelenke“**

**Mi. 23.08.23 | 17.30–18.15 Uhr**

Basenfasten ist eine milde und alltagstaugliche Form des Fastens, bei der man sich von basenbildenden Lebensmitteln ernährt. Es ermöglicht sanft zu entgiften und einige Pfunde zuviel loszulassen.

### **Kurs: Basenfastenkurs im Anschluss an den Vortrag**

Mi. 06.09.2023 | Basenfastenkurs Teil 1 – 17.30–18.45 Uhr

Mi. 13.09.2023 | Basenfastenkurs Teil 2 – 17.30–18.45 Uhr

Mi. 20.09.2023 | Basenfastenkurs Teil 3 – 17.30–18.45 Uhr

In diesem Kurs erhalten Sie eine Anleitung zum Basenfasten. Gefastet wird 7 Tage zuhause. **Der Basenfastenkurs findet in der medora im Zentrum-Süd, Rosenhügeler Straße 8, Eingang C im 2. OG statt. Der Vortrag ist kostenfrei. Der Kurs kostet 45€/pro Person.**

**Vorträge  
(kostenfrei) &  
Kurse mit  
Heilpraktikerin  
Manuela  
Hohmann**

## **„Entzündungshemmende Ernährung für Körper und Gelenke“**

**Mi. 27.09.23 | 17.30–18.15 Uhr**

Nicht nur bei Infekten und Wunden, sondern auch bei Arthritis, Arthrose, Rheuma und anderen Erkrankungen sind Entzündungsprozesse beteiligt. Gegensteuern können wir mit entzündungshemmenden Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln und einer gesunden Lebensweise.

## **„Heuschnupfen naturheilkundlich behandeln“**

**Mi. 25.10.23 |  
17.30–18.15 Uhr**

Ein ganzheitlicher Ansatz mit Naturheilkunde, Ernährung und TCM bei Heuschnupfen beginnt idealerweise schon im Herbst.

**Powered by**



## **„Hautprobleme naturheilkundlich behandeln – von innen und außen“**

**Mi. 08.11.23 | 17.30–18.15 Uhr**

Bei Akne, unreiner, trockener oder geröteter Haut. Die Haut wird von vielen äußeren und inneren Faktoren, wie Ernährung, Verdauungsorgane, Hormone, Nervensystem und anderen beeinflusst. Naturheilkundlich kann man diese gut unterstützen.

## **„Naturheilkundliche Tipps für die Erkältungszeit“**

**Mi. 06.12.23 | –  
17.30- 18.15 Uhr**

Die Naturheilkunde bietet einige Möglichkeiten, um unser Immunsystem auszugleichen und Erkältungen vorzubeugen.

**Die Vorträge sind kostenfrei und finden im Zentrum-Süd, Rosenhügeler Straße 2a, in der BÄREN AKADEMIE im 1. UG statt.**

**Zugang vom Parkhaus möglich.**

**Anmeldung unter: 02191.6968341 oder  
info@medora-remscheid.de**



[www.medora-remscheid.de](http://www.medora-remscheid.de)

**med<sup>25</sup> JAHRE IN BEWEGUNG**  
**medōra**