

Jetzt **30 Min.**
unverbindliche
Beratung vereinbaren:
02191.6968341 oder
info@medora-remscheid.de

Vorträge & Kurse 2025 2. Halbjahr

mit Heilpraktikerin & Ernährungsberaterin Manuela Hohmann

Mo. 01.09.2025
17.00 Uhr

**Basenfasten für Körper
und Gelenke**

Basenfasten ist eine milde und alltagstaugliche Form des Fastens. Eine basenbildende Ernährung unterstützt die Entgiftung und ermöglicht zusätzlich Gewicht zu reduzieren. **Lernen Sie bei uns wie Sie das umsetzen können!**

Mo. 08.09. 17.00 – 18.15 Uhr
Mo. 15.09. 17.00 – 18.15 Uhr
Mo. 22.09. 17.00 – 18.15 Uhr

Kurs Basenfasten

In diesem Kurs erhalten Sie eine professionelle Anleitung und fachliche Begleitung zum Basenfasten.

- Gefastet wird 7 Tage zuhause.
- Der Kurs kostet 55€ pro Person.

Do. 09.10.2025
17.00 Uhr

Erfolgreich Abnehmen

Viele Faktoren, Gewohnheiten und Vorlieben beeinflussen unser Essverhalten. Unterschiedliche Diäten bringen oft nur kurzfristige Erfolge begleitet von Frustration durch den Jojo-Effekt. **Erfahren Sie, wie Sie nachhaltig und auf gesunde Weise Gewicht reduzieren können!**

Do. 06.11.2025
17.00 Uhr

Leber-Regeneration

Die Leber ist das zentrale Organ für den Stoffwechsel. Eine der häufigsten Erkrankungen der Leber ist die nicht alkoholische Fettleber, wovon auch schlanke Menschen betroffen sein können. **Erfahren Sie, was Sie für Ihre Leber- Gesundheit tun können!**

Do. 04.12.2025
17.00 Uhr

**Gelenkschmerzen –
was kann helfen?**

Auch Gelenke brauchen Nahrung und Pflege! Bei schmerzenden Gelenken sind oft chronische Entzündungsprozesse mit beteiligt. Gegensteuern können wir mit Ernährung, Nahrungsergänzungsmitteln und einer gesunden Lebensweise. **Werden Sie wieder beweglich!**

Anmeldung unter: 02191.6968341 oder info@medora-remscheid.de | Alle Vorträge sind **kostenfrei!**

Die Vorträge und Kurse finden in der **medora im Zentrum-Süd**, Rosenhügeler Straße 8, 2. Etage, Eingang C, statt und dauern 45 Minuten.

Sind Sie eine Gruppe ab 5 Personen oder eine Firma?
Dann bieten wir Ihnen unsere Vorträge auch separat buchbar an.