

MODERNE ERNÄHRUNGSVORTRÄGE

Klarer Geist durch gesunde Ernährung

Lebensmittel werden bei MorEnergy ganzheitlich betrachtet. Sie werden nicht quantitativ hinsichtlich Kalorien, Vitaminen und Spurenelementen, sondern in ihrer Wirkung, die sie auf den Organismus haben, beschrieben.

Ist unsere Verdauungskraft durch einseitige Ernährung mit beispielsweise thermisch kalten Nahrungsmitteln wie Tiefkühlkost, Süßigkeiten oder hastig zu sich genommenem „Fast Food“ geschwächt, können zum Beispiel Vitamine und Spurenelemente gar nicht richtig aufgenommen werden – ein Phänomen unserer heutigen Gesellschaft – bei dem immer mehr Menschen trotz einem Überangebot an Nahrung Mangelerscheinungen aufweisen.

Was ist das Besondere an unseren Empfehlungen?

Egal, ob es sich um Verdauungsbeschwerden, Übergewicht, Allergien, Asthma, Schlafstörungen, Hautleiden, etc. handelt - bei jeglichen Disharmonien kann mit Hilfe einer entsprechend abgestimmten Ernährungsweise die Harmonisierung des Körpers unterstützt werden.

Von Bedeutung ist die individuelle Anpassung der Ernährung. In den Ernährungsempfehlungen werden die Grundkonstitution, das Alter, die berufliche und private Alltagssituation und auch die aktuelle Jahreszeit berücksichtigt.

Die Umstellung alter Lebensgewohnheiten wird mit einer Verbesserung der Lebensqualität belohnt. Viele Beschwerden können verschwinden, wenn wir uns den Ausspruch von Hippokrates zu Herzen nehmen: "Lasst eure Nahrungsmittel Heilmittel und eure Heilmittel Nahrungsmittel sein".

Angebot:

- Vorträge
- Workshops