

---

## Webinar: Frauenkörper - Frauengesundheit

Gesundheit setzt die Wahrnehmung des eigenen Körpers und der eigenen Bedürfnisse voraus. Aktives Gesundheitshandeln, also ein "Sich-Zeit-Nehmen" für den eigenen Körper, ist für Frauen in jedem Alter wichtig. Dieses Seminar spannt einen breiten Bogen über sämtliche relevante Themen für Frauen im mittleren Alter - von better aging über den Stoffwechsel bis hin zu den Wechseljahren. Viele Heilmittel und -methoden aus der Homöopathie, der Pflanzenheilkunde, der Ernährungsmedizin oder den Schüsslersalzen werden besprochen. Hören Sie auf Ihren Körper und nehmen Sie sich Zeit für Ihre Gesundheit!

### Inhalt:

- Kräuter für Frauen
- Gesunde Ernährung
- Krebsvorsorge
- Schüssler Salze

### Sie benötigen für die Teilnahme:

- Computer, Laptop oder Tablet
- stabile Internetverbindung
- Headset oder Kopfhörer und Mikrofon
- wenn möglich Webcam

---

## Information

**Kursdauer:** 3,5 Einheiten

---

**Kursbeitrag:** 30,00 € Kursgebühr

---

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

---

**Mitzubringen:** Sie benötigen für die Teilnahme: Computer,  
Laptop oder Tablet, Breitbandinternet, Headset  
oder Kopfhörer und Mikrofon, wenn möglich  
Webcam

---

## Verfügbare Termine