



Im gemütlichen Wohnzimmer im Hotel Wirthshof, Steibensteg 10.

17:00-18:30 Uhr BIENENPRODUKTE - VERGESSENE HEILKRAFT mit kleinen Kostproben



Viele Menschen kennen als typisches Bienenprodukt nur den Honig. Dabei ist die Produktpalette der Bienen so viel umfangreicher als man auf den ersten Blick glauben mag. Gesundheitsfördernde Bienenprodukte sind zum Beispiel Bienenwachs, Propolis, Gelee Royal und Blütenpollen. Schon die alten Ägypter wussten um die Heilzwecke von Blütenpollen, Nektar & Co. In einem Vortrag mit Kostproben erfahren Sie mehr über deren Erzeugung, Inhaltsstoffe, Wirkung sowie Anwendungsbeispiele.

Energieausgleich: 9 Euro | bitte rechtzeitig anmelden: www.wirthshof-aktiv.de/de/workshops

Veranstalter: Imkerverein Markdorf – mit Alexandra Gretscher und Ute Hohmann

19:00-20:00 Uhr ERNÄHRUNG & FIT & VITAL durch LEBER-ENTLASTUNGSTAGE



Erfahren Sie in diesem Impulsvortrag mit Rosmarie Bräuer, Dozentin für Ernährung, wie man alleine und mit ganz normalen Lebensmitteln, durch Ernährungswissen, Kräuterwissen und bestimmte Lebensmittelkombinationen Fitness und Vitalität erhält oder wiedererlangt.

Energieausgleich: 8 Euro | ohne Anmeldung

Referentin: Rosmarie Bräuer, Dozentin für Ernährung und gesunden Lifestyle

