

Ayurveda-Seminar mit Karin Schuller

&

Individuelle Hauptpflege-Beratung mit Eva Hummel

18. März 2023, 15-16.30 Uhr

Einladung

Entdecken Sie Ayurveda und kommen Sie auf den Geschmack

– der bewussten Ernährung!

Viele verbinden mit Ayurveda einen Wellness-Trend und kennen die wohltuenden Ölmassagen und Stirngüsse. Doch hinter dem Begriff "Ayurveda" verbirgt sich viel mehr. Der Name bedeutet "Wissen vom Leben". Ayurveda lehrt Gesundheit und fördert inneres Gleichgewicht. Lebensmittel werden zu Heilmitteln, die - weise angewendet - zu Wohlbefinden, Vitalität und Lebensfreude führen.

Vortrag mit Fingerfood

Mit den Fingerfood-Variationen lade ich Sie zu einem kulinarischen Gaumenkitzel ein und stelle Ihnen mit vielfältigen und verschiedenen Häppchen die sechs Geschmacksrichtungen süß, sauer, salzig, scharf, bitter und herb/zusammenziehend vor.

Während Sie probieren und genießend ein wunderbares Essen erleben, erfahren Sie in einem Vortrag mehr über die Inhalte dieser alten Gesundheitslehre und was Nahrungsmittel zu "Lebens-Mitteln" macht, die nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele nähren.

Gute Laune kann man essen!

Wo: Im Landladen und Café Brüchermühlchen

Wann: Sa. 18. März 2023

Zeit: 15:00 – 16:30 Uhr / Beitrag: 25,- €/pro Person, inkl. Getränk

Im Anschluss bietet Eva Hummel eine kostenlose Beratung zu Hautpflege mit Produkten der Marke Provida an.