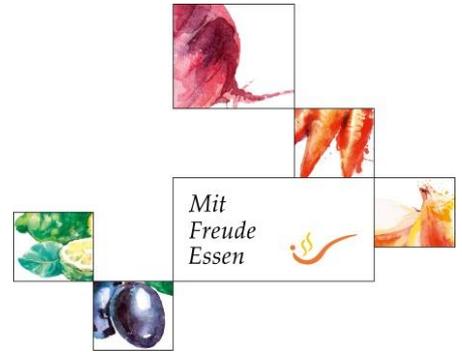


Immunstärkung im Herbst



Samstag, Oktober 2023
von 10.00 bis 17.00 Uhr in Riedering

„Die Welt der Gewürze und die Schärfe des Metalls“

In all meinen Kursen lade ich Euch ein, sinnliche Erfahrungen mit Duft, Geschmack und Farbe zu machen. Ich möchte Euch ermutigen wieder Neues auszuprobieren und der Intuition zu folgen. Vieles was Ihr bei mir hört, wird Euch vertraut vorkommen. Ich möchte Euch Gelegenheit geben, dem Kochen und Essen einen festen und warmen Platz in Eurem Leben zu geben. Das Geheimnis ist einfach... koche Deinem Naturell gemäß und öffne all Deine Sinne, sei dankbar für diese Schätze des Lebens ... und ernte Lebensfreude pur.

Nun heißt es, das Immunsystem „winterfest“ machen und uns auf die kalte Jahreszeit vorbereiten! Du lernst mit welchen schmackhaften Lebensmitteln, Gewürzen und Getränken Du Dich vor Kälte schützen und wie Du Deine Abwehr stärken kannst. Die richtigen Gewürze unterstützen mit ihrer klärenden und verdauungsstärkenden Energie die Organe Lunge und Dickdarm

Entdecke die Freude am kreativen Kochen in netter Gesellschaft und lasse Dich entführen in die Welt der Düfte, Farben und Gewürze...!

Bitte Hausschuhe und wer mag Kochschürze mitbringen.

€ 79,- + € 20,- (Lebensmittel, Getränke, Infomaterial und Rezepte)

Anmeldung bei Judith Matuschek - Irnkam 11 - 83083 Riedering
Per Email: Mit-freude-essen@gmx.de oder per Fax: 08053 -7989688

Name:.....

Adresse:.....

Telefonnummer:.....

Kurs:.....

Danke schön ☺

Rückfragen gerne unter: 08053-794121 oder mobil: 01577 7792392