



Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse
Gesundheits-Coach

E-Mail: Beratung-Fuhse@t-online.de
Homepage: www.Beratung-Fuhse.de

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse
Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02974/ 96 82 812



Chic mit Charme



In diesem Seminar wenden wir unsere Aufmerksamkeit auf die „wahre Schönheit von innen“.

Alles, was wir Essen löst in unserem Körper eine Reaktion im Stoffwechsel aus, auch unsere Körperpflege-Kosmetika. So können wir positive, wie auch negative Auswirkungen hervorrufen bzw. beeinflussen. Diese können sich – im schlimmsten Fall – über Krankheiten und Unwohlsein oder andere mannigfaltige Symptome äußern. Auch haben diese Stoffwechsellvorgänge einen Einfluss auf unser Hautbild.

Dieses Seminar ist in erster Linie ein Ernährungs-Basis-Seminar, wo Sie erfahren, welche Lebensmittel eine positive Wirkung haben und auf welche wir besser verzichten sollten.

Grundlage ist unsere ureigene Ernährungsform, heute betitelt als „Intervall-Fasten“ oder „Intermittierendes Fasten“. Ich stelle die gängigen Formen vor, sowie die „Spielregeln“ und erweiterte Möglichkeiten der Förderung unserer Gesundheit. Ferner widmen wir uns unserer Haut. Wir sprechen über natürliche Möglichkeiten, das Hautbild von außen positiv zu beeinflussen - nur mit der Kraft aus der Natur.

Weiter erfahren Sie einiges über die wunderbaren versteckten Wirkstoffe unserer heimischen Kräuterwelt. Durch ihre sekundären Pflanzenwirkstoffe können wir positiv auf unseren Stoffwechsel, auf unser Aussehen, unser Wohlbefinden und

Termine:

jeweils 19:00 Uhr bis ca.
20:30 Uhr

26.10.2021

02.11.2021

09.11.2021

16.11.2021

23.11.2021

30.11.2021

Honorar:

135,- Euro

(der Partner zahlt nur 50%,
wenn sich ein Paar
anmeldet)

2 - 6 TeilnehmerInnen

Hier geht es zur Anmeldung:

Tel.: 02974 / 96 82 812 oder
[Kontaktformular](#)

Seminarort:

Praxis für Psychotherapie
und mehr
Am Wiesentor 19,
57392 Bad Fredeburg



Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse
Gesundheits-Coach

E-Mail: Beratung-Fuhse@t-online.de
Homepage: www.Beratung-Fuhse.de

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse
Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02974/ 96 82 812



sogar auf unseren Hormonstoffwechsel einwirken, was besonders interessant zu Zeiten der Wechseljahre oder in besonderen weiteren Lebenssituationen wie etwa stressbedingte Zeiten aller Art ist.

Abschluss bildet ein Abend der Entspannung lassen Sie sich überraschen 😊