

Entzündungshemmende Ernährung bei Rheuma

Welche Lebensmittel können Entzündungen positiv beeinflussen oder sogar Entzündungen vorbeugen? Diese und viele weitere Fragen beantwortet Ihnen Marisa Brüllmann in ihrem Referat.

Zahlreiche Studien zeigen, dass sich chronische Entzündungen durch die Ernährung günstig beeinflussen lassen. Eine entzündungshemmende Ernährung und die dadurch verbesserte Nährstoffbilanz können Schmerzen lindern und haben so eine positive Wirkung auf die Bewegungsfähigkeit. Sie erfahren an diesem Anlass, wie Sie entzündungshemmende und entzündungsfördernde Nahrungsmittel unterscheiden können.

Referentin Marisa Brüllmann, eidg. dipl. Naturheilpraktikerin & Drogistin
Datum/Zeit Mittwoch, 13. November 2024, 18:00–20:00 Uhr
Ort Stube im alten Pfarrhaus, Bahnhofstrasse 3, Amriswil
Kosten CHF 10.00

Eine Anmeldung ist erforderlich (beschränkte Platzzahl)



Rheumaliga Thurgau
Holzäckerlistrasse 11b
8280 Kreuzlingen
Tel. 071 688 53 67
www.rheumaliga.ch/tg
info.tg@rheumaliga.ch



Rheumaliga Thurgau
Bewusst bewegt