

Gesund und achtsam durch die Lebensmittel

ein Kurs für Frauen
von und mit
Caterina Bossing

Über mich und meine Mission

Ich bin Caterina, 53 Jahre und beschäftige mich seit 25 Jahren mit dem Thema Gesundheit, der Entstehung von Krankheiten, deren Ursache, Wirkung und, wie die Interaktionen von Körper, Geist und Seele in diesem Kontext zu verstehen sind.

Es ist mir eine Herzensangelegenheit Frauen in der Lebensmitte professionell begleiten und motivieren zu dürfen, Ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen!





Um was geht es?



**Was macht
Gesundheit aus?**



**Zusammenhang von
Immun-, Nerven-,
Hormonsystem**



**das
Hormonsystem
leicht erklärt**





Um was geht es?




**Stoffwechsel -
was ist das
eigentlich**



**Darmgesundheit
leicht erklärt**



**Ernährung/
Nahrungsergän-
zungen und ihr
positiver Einfluss
auf die
Gesundheit**





Um was geht es?



**Warum
Entzündungen in
der Lebensmittel
zunehmen**



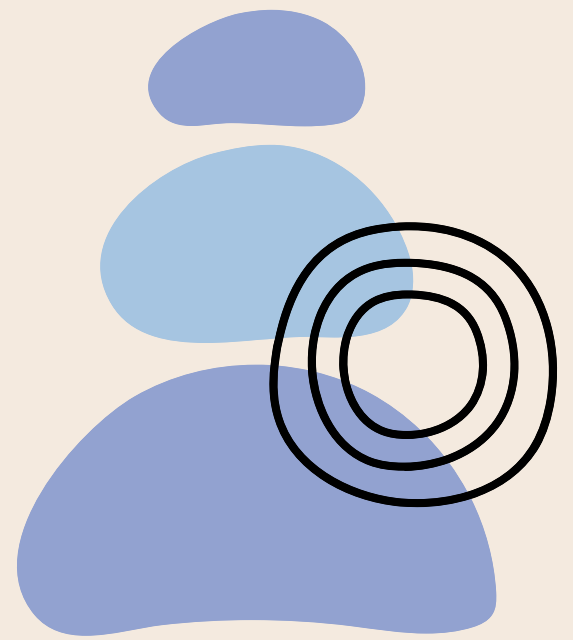
**Was die Innere-Kind-
Arbeit damit zu tun
hat**



**Lösungsansätze
für eine gesunde
Lebensmitte**



Wissen über Gesundheit



Austausch



Meditationen



Kurstart am
Mittwoch, den
13.05.26
19:00 - 20:15 Uhr
8 Abende
150 Euro
online auf Zoom



Caterina Bossing
BERATUNGSPRAXIS
für Frauengesundheit

caterina.bossing@gmx.de