



Wie neugeboren durch Fasten

Erich-Burgerheim

77815 Bühl, Hermannstraße 8

Fasten – uralte Praxis vieler Religionen und Kulturen wird von Fastenden heute wieder verstärkt als Weg zur inneren Ordnung und Regeneration erlebt.

Fasten – der Entschluss, für eine Weile keine feste Nahrung bzw. ausschließlich rein basische Lebensmittel zu sich zu nehmen, hilft den Körper intensiv zu entschlacken, zu entgiften und Übergewicht abzubauen

Fasten – aktiviert die körpereigenen Entgiftungs- und Abwehrsysteme, setzt Selbstheilungskräfte frei und wirkt sich überaus positiv auf den Stoffwechsel aus

Fasten – eine sinnvolle Möglichkeit Körper, Geist und Seele zu regenerieren, die Gesundheit zu stärken und das Wohlbefinden zu verbessern

Fasten - 2 Formen sind möglich:

- 1.) die medizinische Heilfastenkur nach der Buchinger Methode
- 2.) die sanftere Methode - das Basenfasten

die Fastenwoche findet mit begleiteten Treffen an mehreren Abenden statt:

- 1.) Einführung: Infos zu Sinn und Zweck des Fastens, Vorbereitung und Durchführung der Fastenwoche, Vorstellung der beiden Fastenarten am Mo. 29.02.2024
- 2.) Fastenwoche von Mo. 04.03. bis Fr. 08.03.2024, tägl. Treffen mit Erfahrungsaustausch Bewegung, Entspannung und Informationen rund um das Thema Fasten
- 3.) Nachtreffen mit Erfahrungsaustausch und Infos zur Ernährung nach dem Fasten am Do. 14.03.2024 jeweils 18.30- 20.30 Uhr

weitere Infos und Anmeldung

Naturheilpraxis PaulusMeyer, 77833 Ottersweier-Hub
Hubstr. 54, Tel. 07223 807468

Brigitte Paulus-Meyer, Heilpraktikerin und Krankenschwester
hat mehr als 20 Jahre eigene Fastenerfahrung, Schwerpunkte sind die Beratung und Behandlung von chron. Erkrankungen z.B. Durchblutungsstörungen, Verdauungsstörungen, chron Müdigkeit, Rheuma, Gicht, Diabetes, Allergien und Schmerzzustände durch verschiedene Ursachen

Unkostenbeitrag insgesamt 80,-€
eine Anzahlung in Höhe von 20,-€ auf das Konto bei der BBBank gilt als Anmeldung
IBAN: DE92660908000025923093, BIC: GENODE61BBB