



Frauenkrankheiten

1 Tages-Seminar

Samstag, 23. April 2016

von 08:30—17:00 Uhr

Frauen und Männer nehmen den eigenen Körper in verschiedener Weise wahr und haben unterschiedliche Vorstellungen von Gesundheit und gesunder Lebensweise. Das liegt zum einen an den körperlichen, biologischen und psychischen Merkmalen, die bei Frauen und Männern anders ausgeprägt sind.

Gesundheit entsteht im Alltag, der durch familiäre, berufliche, gesellschaftliche und persönliche Bedingungen bestimmt ist. In der gesundheitlichen Versorgung und in der Gesundheitsvorsorge müssen daher auch die unterschiedlichen Lebenslagen von Frauen - wie Mutterschaft und Berufstätigkeit, Jugend und Alter, Armut und Reichtum - berücksichtigt werden.

Typische Frauenkrankheiten: Brustkrebs, Essstörungen, Familienplanung oder Wechseljahre. Weiter Krankheiten sind: Darmkrebs, Ernährung, Herz- und Kreislauferkrankungen, Osteoporose, Psychische Erkrankungen, soziale Benachteiligung oder Stressbewältigung.

Im Lebenszyklus jeder Frau ändern sich Ernährungswissen und Gewohnheiten, das Ernährungsbewusstsein sowie die Zufuhrempfehlungen. Besondere Situationen wie Schwangerschaft, Stillzeit, die Zeit der Doppelbelastung Familie und Beruf oder die Menopause erfordern eine besondere Nahrungsmittelzufuhr, um den Anforderungen des Organismus gerecht zu werden.

Die richtige Ernährung in allen Lebensphasen, das heisst die richtige Auswahl der täglich konsumierten Lebensmittel und Speisen, ist ausschlaggebend für unser Wohlbefinden, geistige und körperliche Leistungsfähigkeit und Gesundheit.

Kursleitung: Jutta Hofer, Dipl. Ernährung- und Diättherapeutin

Kosten: 170.– CHF, inkl. Unterlagen

Kursort: Naturheilzentrum Eschen

Weitere Infos erhalten Sie unter:

www.naturheilzentrum.li
email: info@naturheilzentrum.li
Tel. 00423 377 10 10

Anmeldung

Naturheilzentrum AG, St. Luzistr. 16, FL 9492 Eschen