

SIE KÜMMERN SICH UM ANDERE?

ABER WER KÜMMERT SICH UM SIE?

Wellness-Workshops für Frauen/Lernen Sie, wie Sie für sich selbst sorgen können!

In der Welt des Wohlbefindens entdecken wir immer wieder neue Wege, um uns gesund zu ernähren und gesund zu bleiben. In diesem Sinne starten wir bei gynpoint eine Reihe neuer Workshops, die Frauen mit Wissen und Werkzeugen ausstatten sollen, um ihre Gesundheit zu verbessern, eine gesunde Gewohnheit nach der anderen.

Nehmen Sie an diesen Veranstaltungen teil, um die neuesten Informationen zu erhalten, die Sie brauchen, um sich um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden als Frau zu kümmern.

In einer gemütlichen und sicheren Umgebung werden wir Themen ansprechen, mit denen wir alle als Frauen konfrontiert sind:

- Bereiten Sie Ihren Körper auf eine gesunde Schwangerschaft und ein gesundes Baby vor
- Postpartale Erholung. Ernährung der frischgebackenen Mutter für das Stillen
- Heißhunger auf Zucker und wie man ihn loswird
- Hormone und Ihre Haut
- Die Wahrheit über Entzündungen
- Essen für mehr Energie
- Gesundheit der Frau 101
- Und andere...

Diese Wellness-Workshops sind so konzipiert, dass jeder Teilnehmer Wissen, praktische Tipps und Lösungen erhält, die er zu Hause umsetzen kann.

Bleiben Sie auf dem Laufenden. Die Plätze sind begrenzt.



Was ist ein Gesundheitscoach?

Gesundheitscoaches sind Gesundheitsexperten, die ihre Klienten mit einem ganzheitlichen Ansatz zu Gesundheit und Glück führen.

Sie haben einen optimalen Lebensstil erreicht, indem sie die Bio-Individualität respektieren und zum Handeln inspirieren.

Tatiana Albu

*Integrative Ernährung, Gesundheits- und Wellness-Coach
"Halten Sie Ihre Verpflichtung gegenüber sich selbst und Ihrer Gesundheit ein, wie jeden anderen Termin auch.
Seien Sie jeden Tag für sich selbst da."*