



Cornelia John
INSTITUT FÜR BASISCHE ANWENDUNGEN
nach Dr. h. c. Peter Jentschura

Wisselser Str. 7a
36093 Künzell-Dirlos

Tel.: 0661 - 933 52 88
email: info@baseninstitut.de
www.baseninstitut.de

Erlebnis-Vorträge 2021

in der Katholischen Familienbildungsstätte Helene Weber

Anmeldungen bitte unter Tel.: 0661-92843-0

Montag 18.01.2021 von 19:30 bis 21:30 Uhr

Basische Langzeitbäder und basische Körperpflege

4 bis 10 Stunden in der basischen Wanne – oje!! ;-)) Doch basische Langzeitbäder können auch Freude machen, wenn Sie den Nutzen für sich erkennen.

Der Körper wird optimal entsäuert, entgiftet, regeneriert und verjüngt – ein Gefühl „wie neugeboren“ zu sein, mit einer samtweichen Haut.

Hier einige Beispiele, wie basische Langzeitbäder hilfreich sein können:

- Zur Vorbeugung von Muskelkater und Säureschocks vor und nach sportlichen Höchstleistungen.
- Zur Vorbeugung von Herzinfarkt und Schlaganfall und/oder zur weiteren Entsäuerung danach.
- Bei verschiedenen Hauterkrankungen
- bei Rheuma, Arthrose und Gicht u.a.

In diesem Vortrag teile ich meine langjährigen positiven Erfahrungen mit Ihnen und gebe Ihnen weitere Möglichkeiten der basischen Körperpflege mit auf den Weg.

Gebühr: 10,00 €

Montag 22.02.2021 von 19:30 bis 21:30 Uhr

Basische Ernährung für mehr Energie und Lebensfreude

Die Säure-Basen-Balance ist die Grundlage für Gesundheit, Wohlbefinden und dauerhaft guter Stimmung .

Die Balance langfristig zu halten ist leicht, wenn wir das Wissen über die Logik der Natur kennen und umsetzen. Satt sein bedeutet, auf allen Ebenen gut genährt zu sein.

Ich bringe Kostproben mit.

10,00 € + 2,00 € Lebensmittel

Montag 15.03.2021 von 19:30 bis 21:30 Uhr

Wie kann ich meine Lebensgeister wecken und in Fluss kommen?

Unser Körper ist gesund, wenn ALLES fließt – wir sind wach, fühlen uns lebendig und es geht uns richtig gut! Wir beleuchten an diesem Abend viele Möglichkeiten, um Lebensgeister zu wecken und setzen sie gleich in die Tat um. Lassen Sie sich überraschen!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und eine Körperbürste mit Stiel

Gebühr: 10,00 €

Montag 29.03.2021 von 19:30 bis 21:30 Uhr

Lebendige Nahrung durch Trocknen-Aktivieren-Fermentieren

Mit diesen natürlichen und einfachen Methoden können wir lebendige Povernahrung herstellen.

Wir haben wenig Vitamin/Enzymverlust beim Trocknen von Kräutern, Gemüse u.a.; durch Aktivieren von

Samen und Nüssen eine bessere Verdaulichkeit; das Fermentieren von Gemüse, Gewürzen und Kräutern ist für die Darmbakterien ein Fest. Kleine Verkostung! Bitte ein Glas mit Deckel mitbringen ca. 0.5-1L

15,00 € + 2,00 € für Lebensmittel