

STOFFWECHSELOPTIMIERUNG
Welche Nahrungsmittel aktivieren Ihren Stoffwechsel?

Was brauchen Ihre Drüsen, damit Sie sich fit und vital fühlen?

Anhand von Laborwerten und einigen persönlichen Angaben erstelle ich Ihnen ein individuelles Ernährungsprogramm, dass zu Ihrem Stoffwechsel und Drüsen-system optimal passt.

Nehmen Sie schonend und dauerhaft ab und steigern Sie zusätzlich Ihre allgemeine Vitalität und Leistungsfähigkeit.

fit. vital. schlank.

gesund & aktiv
 Stoffwechselprogramm

GESUNDHEITSPRAXIS
Anja Beckmann
 Heilpraktikerin (Psychotherapie)
 Woldsenstr. 37 - 25813 Husum
 Tel. 04841 - 81764 - mobil 0174 - 66 25 203
 www.gesundheitspraxis-beckmann.de



Kostenloser Vortrag im Landgasthof Boddelhoch am Do. 19.11.15 um 19 Uhr: Stoffwechseleoptimierung
 Anmeldung bitte unter: 04642-15 88 o. 04841-8 17 64

Vortrag von Anja Beckmann

Rabekirchen (mm) – Seit 15 Jahren befindet sich die Praxis von Anja Beckmann, Heilpraktikerin, Ernährungsberaterin, Basenfastenleiterin, Kinesiologin und psychologische Beraterin in der Woldsenstraße 37 in Husum. Zu ihrem Angebot gehört seit sieben Jahren die Stoffwechseleoptimierung. Dabei handelt es sich um ein Ernährungsprogramm. »Auch

wenn ich wenig esse, ich nehme einfach nicht ab«, diesen Satz hört Anja Beckmann häufig in ihrer Praxis. Dabei kommt es nicht darauf an, wie viel man isst, sondern auf die richtigen Lebensmittel, die den Stoffwechsel anregen. Viele Menschen essen zu wenig von den Lebensmitteln, die ihre Drüsen brauchen, um die entscheidenden Hormone in der



richtigen Menge zu produzieren. Welche Nahrungsmittel für den Stoffwechsel optimal

sind, verrät eine umfangreiche Vital- und Stoffwechselanalyse. Insgesamt 42 Laborwerte bilden hierfür die Basis. Aus diesen Laborwerten und einigen persönlichen Angaben wird ein individuelles Ernährungsprogramm erstellt, das optimal zum Stoffwechsel und Drüsensystem passt. Ein gesunder Stoffwechsel ist wichtig, damit

ein gesundes Normalgewicht erreicht wird und der Patient aktiver, vitaler und leistungsfähiger ist. Zu diesem Thema findet am Donnerstag, 19. November, um 19 Uhr, im Landgasthof Boddelhoch in Rabekirchen-Faulück, Dorfstraße 201/2, ein kostenloser Vortrag statt. Um Anmeldung wird gebeten unter Tel 04841 81764 oder 04642 1588. Nähere Informationen: www.gesundheitspraxisbeckmann.de

29 Teesorten im Atelier der schönen Dinge

Schleswig (ife) – Das »Atelier der schönen Dinge« in der Michaelisstr. 19 ist Imke Henzes Projekt – hier bietet die gelernte Damenschneiderin und Handweberin die verschiedensten Dinge an, zum Beispiel schöne handgewebte Wolldecken, gestrickte Schals, Keramik, Kerzen und manches mehr. Neu im Sortiment

sind 29 verschiedene Teesorten, denn Imke Henze führt einen Teil des »Teekontors« von Valentina Hansen weiter. Für die dunkle Jahreszeit kann man den »Schietwettertee«, einen Kräutertee, sowie »Friedas Bratapfel« (Rooibos), Schwarztees mit Marzipan-, Mandel- oder Zimtnote oder Tee mit den Geschmacksnoten

Rhabarber- und Erdbeersahne erwerben – »dies sind Teesorten, die Kunden gern bei Frau Hansen gekauft haben«, erzählt Imke Henze. Imke Henze, die schon vorher einige Bio-Kräutertees im Angebot hatte, versendet den Tee auch auf Bestellung. Das neue Angebot ergänzt sich mit ihrem Angebot des »Nähcafés«,

denn in der Woche von Dienstag bis Donnerstag kann man von 14.30 bis 17 Uhr bei einer Tasse Tee oder Kaffee in ihrem Laden nähen (an diesen Tagen ist der Laden ab 10 Uhr geöffnet). Weitere Informationen unter www.atelier-imke-henze.de oder Tel. 04621 305330.



ATELIER
der schönen DINGE

Tee · Schneiderei
Handweberei
Kunsth Handwerk

Michaelisstr. 19 · 24837 Schleswig

Öffnungszeiten
 DI - DO
 10 - 16.30 Uhr
 & tel. Vereinbarung
 04621 / 305330

