

Gesund durch den Winter: Immunsystem stärken

Samstag, 29. November 2025 | 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Ernährungszentrum Bad Berleburg | 57319 Bad Berleburg, An der Odebornskirche 7



Die kalte Jahreszeit naht – und damit oft Erkältungen und Müdigkeit. In diesem Vortrag erfährst du, wie Ernährung, Lebensstil und einfache Routinen dein Immunsystem stärken und dich fit durch den Winter bringen. Praktische Tipps, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Veranstalter:

Ernährungszentrum Bad Berleburg

An der Odebornskirche 7
57319 Bad Berleburg

rene@lvlup-coaching.de

<https://www.lvlup-coaching.de>

Weitere Informationen: <https://www.lvlup-coaching.de/vortrage/>

