

Strategiemenu

Stress in Kombination mit falscher Ernährung ist „Gift“ für unseren Körper, bringt ihn aus seinem natürlichen Gleichgewicht. Die richtige Auswahl und Kombination von Nahrungsmitteln, sowie die entsprechende Zubereitung haben ein unglaubliches Potential, unserer „Mitte“ wieder Stabilität zu geben. Der Stressfaktor wird reduziert, Gedanken werden klar, ergeben Übersicht und Struktur, die Freudlosigkeit weicht und pure Lebensenergie nimmt ihren Platz ein.

Die TCM-Küche – Ursprung einer unerschöpflichen natürlichen Energie. Lassen Sie sich inspirieren!



Vera Prissmann

Vera Prissmann ist Akademische Expertin der Traditionellen Chinesischen Gesundheitspflege und Dipl. TCM Ernährungsberaterin mit Praxis in Innsbruck seit 2009. Als Vortragende und Referentin ist sie an verschiedenen Bildungseinrichtungen tätig (WIFI, Vitalakademie, Donau Universität Krems). Ihr persönliches Interesse liegt in der Verbindung der Chinesischen Ernährungslehre mit der Europäischen Tradition, insbesondere der Hildegard von Bingen und dem Themenbereich „Auswirkungen der Emotionen auf die Funktionskreise“.

Stand: 30.03.2017