



GESUNDHEITSBERATERIN SYLVIA SCHNEIDER

Coaching & Prävention

& BONNY GAFERT

Zwei Wege – Ein Ziel Eure Gesundheit

Wir freuen uns sehr, euch gemeinsam neue Impulse für ein ganzheitliches Wohlbefinden anbieten zu können! In diesen Räumen verbinden sich zwei Ansätze, die ein gemeinsames Ziel haben: **die Gesundheit der Menschen stärken.**

Sylvia, unsere **Gesundheitsberaterin und Heilpraktikerin** bietet regelmäßig Vorträge zu spannenden Themen rund um ein gesundes Leben an. Von Entschlackung über Schlaf bis hin zu gesunder Ernährung und innerer Balance. Ergänzend dazu erwarten euch Bonnys monatliche Vitalabende. Hier erfährst du leicht verständlich, was im Inneren passiert, wie Belastungen wirken und wie du dein System wieder in Balance bringen kannst.

TERMINE 2026

21.01.2025	16.00 Uhr	So geht gesundes Altern	19.01.2026	17.00 Uhr	Vitalabend
25.02.2025	16.00 Uhr	Die Stoffwechsellure	05.02.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
25.03.2025	16.00 Uhr	Gesundheit durch Entschlackung und Regeneration	05.03.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
22.04.2025	16.00 Uhr	Die Haut auf den Sommer vorbereiten	20.04.2026	17.00 Uhr	Vitalabend
20.05.2026	16.00 Uhr	Gesunder Kopf – glückliches Leben	08.05.2026	16.30 Uhr	Vitalabend
24.06.2026	16.00 Uhr	Basisch und antientzündlich ernähren	15.06.2026	17.00 Uhr	Vitalabend
22.07.2026	16.00 Uhr	Bei Stress in Balance bleiben	06.07.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
26.08.2026	16.00 Uhr	Schadstoffe ausleiten	06.08.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
30.09.2026	16.00 Uhr	Die Darmgesundheit	17.09.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
28.10.2026	16.00 Uhr	Schlaf gut und fühle dich besser	03.10.2026	17.30 Uhr	Vitalabend
25.11.2026	16.00 Uhr	Probiota, Pro-irgendwas, Joghurt u. Co.	06.11.2026	16.30 Uhr	Vitalabend
16.12.2026	16.00 Uhr	Wie gesunde Fette den Cholesterinspiegel unterstützen	14.12.2026	17.00 Uhr	Vitalabend

Preis pro Teilnehmer 10,00 €
Dauer der Vorträge ca. 60 - 90 min
Anmeldeschluss ist jeweils eine Woche vor Beginn des Vortrags.

Die Teilnahme ist kostenlos.
Dauer der Veranstaltung ca. 90 - 120 min

Für wen sind diese Vorträge geeignet?
Für alle, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten,
unabhängig vom Alter oder aktuellen Gesundheitszustand.



Anmeldungen online, telefonisch oder über
WhatsApp unter 0174 20 70 244



Anmeldungen online, telefonisch oder über
WhatsApp unter 0152 23 24 38 20