

GUTSCHEIN

In der Politik und den Medien wird sehr viel über Hygiene, Impfen, frühe Diagnose und medikamentöse Therapie als Lösungsansatz der Corona-Krise gesprochen. Hier spricht man über die Stärkung des Immunsystems, über gesunde Vollwerternährung, körperliches Training oder genug Schlaf. Der Schöpfer hat unserem Körper ein hervorragend wirksames und ausgeklügeltes Immunsystem mitgegeben. Hiervon handelt dieses Buch. Es soll helfen, Chancen wahrzunehmen und mit Eigenverantwortung sich und andere vor COVID-19 und ihren Folgen zu schützen. *Dr. med. Gunther Hanke, D-17209 Zislow*

Naturheilkunde
aus der Region!

Das Angebot gilt nur bis zum 31.03.2022, maximal 1 Heft pro Haushalt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Geschickt wird nur in die Postleitzahlenbereiche 3... und 4... Nur mit Unterschrift gültig.



www.gesundheit-ganzheitlich.at

WANN

SA

15. Januar 2022

15:00

REFERENT

Dr. Vojislav Radulovic, Arzt für Allgemeinmedizin-Ambulante Kardiologische- und Lungenrehabilitation - Wels
Zusatzbildungen: Raucherberater, Ernährungsmedizin, psychosoziale Medizin

KOSTEN

freiwillige Spende

22 Überlebensstipps
in Corona-Zeiten



Herbst/Winter 2021/22

Bewegung als Heilmittel

Couchtanz und Freude an der Bewegung ...

... erzeugen bei gezieltem Einsatz (Alltagsaktivitäten und körperliches Training) medikamentenähnliche Wirkungen. Dies gilt u. a. für Herz-Kreislauf-, Lunge-, Krebs- und Stoffwechselerkrankungen. Außerdem fördert sie das Gedächtnis und schützt vor Depression, Burnout und Demenz.

Kein Weg führt an der Bewegung vorbei! Sie ist die einzige Therapiemaßnahme ohne Nebeneffekte, die systemisch wirkt.

Gesundheits TREFF

LINZ

Liga Leben und Gesundheit
Thanhoferstraße 13
(Nähe Weinturm), 4030 Linz

WAS

Gemeinschaft
praktische Tipps zum Thema:
„Gesundheit ganzheitlich“

INFOS

Steffen Eichwald
+43 (0)681 204 852 91
info@gesundheit-ganzheitlich.at
www.llg.at | www.gesundheit-ganzheitlich.at



LIGA LEBEN UND GESUNDHEIT
Verein zur Förderung einer naturgemäßen Lebensweise





Medikamente oder doch anders?

Zivilisationskrankheiten sinnvoll und intelligent behandeln

Wie gelingt es am besten, eine Brücke zwischen der Schulmedizin und alternativen Heilmethoden zu bauen? Wann nehme ich Tabletten, wann nutze ich alternative Methoden? Wie kontrolliere ich meinen Blutdruck und was hat Schlangengift damit zu tun?

Wir wollen in diesem Workshop gemeinsam überlegen, was der eigenen Gesundheit am dienlichsten ist.

WANN SA | **30. Oktober 2021** | 🕒 15:00

REFERENT **Benjamin Decker** ist seit August 2019 als Turnusarzt im Klinikum Wels-Grieskirchen beschäftigt und unternimmt in seiner Freizeit gerne Aktivitäten mit Familie und Freunden

KOSTEN freiwillige Spende

 www.gesundheit-ganzheitlich.at



Ernährung für eine starke Psyche

Kann man sich glücklich essen?

Die Zusammensetzung unserer Nahrung beeinflusst nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch unser seelisches Wohlbefinden. In diesem Vortrag wird ein praktischer Überblick gegeben, wie die Ernährung eine gute Basis für eine ausgeglichene, resiliente Psyche bilden kann.

WANN SA | **27. November 2021** | 🕒 16:30

REFERENTIN **Sonja Sommersguter**, Dipl. Ernährungstrainerin und Ernährungspädagogin, psychologische Beraterin in Ausbildung unter Supervision

KOSTEN freiwillige Spende

 www.gesundheit-ganzheitlich.at



Liga Leben und Gesundheit
Thanhoferstraße 13
4030 Linz

- JA, ich möchte das Buch „22 Überlebensstipps in Corona-Zeiten“ kostenlos und völlig unverbindlich erhalten.
 JA, ich möchte zu weiteren Veranstaltungen/Aktivitäten kostenfrei und unverbindlich eingeladen werden.

Meine Anschrift:

Name	Vorname
Straße/Nr.	
PLZ/Ort	
Telefon	E-Mail
Ort/Datum	Unterschrift

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich einverstanden, dass die Liga Leben und Gesundheit meine angegebenen Daten verarbeitet. Diese Einwilligung kann ich jederzeit schriftlich mit Wirkung für die Zukunft postalisch an die Liga Leben und Gesundheit, Thanhoferstraße 13, 4030 Linz, widerrufen.