

Ernährungsberatung

Ich selbst koche nach "TCM 5 Elementen" und berate Sie gerne wie man sich danach gesund ernährt. Ich glaube daran, dass Gesundheit und Wohlbefinden nur erlangt werden kann, wenn man im Geist zentriert bleibt, sich vor Energieverschwendung schützt, den ständigen Fluss von Qi und Blut fördert, das harmonische Gleichgewicht von Yin und Yang bewahrt, sich den wechselnden jahreszeitlichen und makrokosmischen

Einflüssen anpasst und sein
Selbst vorbeugend nährt.

Das ist der Weg zu einem langen
und glücklichen Leben.

www.psychosozialeberatung.org