

Vortrag von Frau Dr. Celia König
Agrarbiologin, Gesundheitscoach, Ernährungscoach

Die Leber wächst mit ihren Herausforderungen

Zu den stoffwechselaktivsten Organen im Körper des Menschen zählt die Leber. Sie ist das zentrale Stoffwechsel-, Synthese- sowie Entgiftungsorgan. Erkrankungen des lebenswichtigen Organs wie die Fettleber nehmen aufgrund eines sich verändernden Lebensstils kontinuierlich zu. Gerade eine Ernährung mit einem hohen Fruchtzuckergehalt und Weißmehlprodukten erhöht die Gefahr einer Fettleber. Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit und die Antriebslosigkeit. Gerade bei solchen Symptomen sollte man auch mal auf die Leber schauen.

Dieser Vortrag soll Ihnen einen kleinen Ausschnitt bieten, welche Themen im Ernährungsbereich gerade aktuell sind und in der Weiterbildung als Gesundheitscoach oder Ernährungscoach behandelt werden. Sie können auch während dieses Abends eine kurze Darstellung erhalten, welche ernährungsrelevanten Themen während der Ausbildung besprochen werden.

Ort: Tübinger Akademie für Weiterbildung
Datum: 27.11.2018
Uhrzeit: 17.30 – 19.30 Uhr