

**Přizjewjenje k Dnjeju strowoty**  
z hojerku a docentku  
**Monika Kirst**  
**„Strowe črjewo – strowy čłowjek“**



- mikrobiom – wobydleny čłowjek
- Kak wažna je strowa flora našeho črjewa?
- strowota črjewow & alergije
- šwižny z črjewom – kak wuskutkuje so chore črjewo na wahu čłowjeka?
- problemy z kožu a problemy požiwanja
- bubnjenja
- zatykanosć
- žanu wolu, žanu energiju, mučnota a žana koncentracija – čehodla?
- moderne zežiwidła: Tole wam njepraja!



Nawod seminaru:  
hojerka, docentka Monika Kirst

**Hdy:** sobotu, 28. septembra 2019  
**Hdže:** gmejnski centrum  
Hłowna dróha 9, 01920 Njebjelčicy

**Započatk:** 9:00 do 13:00 hodź.  
**kóšty:** 45,00 €/na wosobu, mandźelski partner  
płaći połojcu

mjeno & předmjeno: \_\_\_\_\_

dróha: \_\_\_\_\_

póštowe číslo a město: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

e-mailka: \_\_\_\_\_

datum: \_\_\_\_\_

podpismo: \_\_\_\_\_

Zajimcy přizjewja so prošu pola:

Anke Graf

tel.: 035796/94876 abo 0162/2543805