



E-V-A-S

ERNÄHRUNG-VERÄNDERT-ALLES-STRATEGIE

Die Ernährungsmanagerin und Buchautorin **Eva Anastasia Matzke** informiert auf spannende Weise, wie das von ihr entwickelte und alltagstaugliche Ernährungskonzept zu mehr Wohlbefinden führt.

Leichtigkeit als Ernährungsprinzip – Genuss ohne Reue!

Diese Strategie wird in Ihrem Praxis-Kochbuch auf anschauliche Weise dargestellt

- Sie erhalten in Theorie und Praxis den Schlüssel, wie Nahrung Ihre Leistungsfähigkeit und Konzentration erhöht.
- Sie lernen, Ihre Nahrung so leicht und schnell zusammenzustellen, dass Sie *jeden Tag die 5 Elemente essen* und damit Balance (Säure/Basengleichgewicht) in Ihren Körper bringen.
- Sie kochen an beiden Tagen viele kulinarische Schmankerl und zum Abschluss ein 5 - Elemente - Menü.
- Am 2. Seminartag wird eine Persönlichkeitsanalyse über Ihren körperlichen Zustand und für Sie speziell abgestimmte Ernährungsempfehlung erstellt.

Aktuelles ●●● Termine ●●● Aktuelles ●●● Termine ●●● Aktuelles

E-V-A-S Genuss ohne Reue

Vorträge:

- 26.11.08 Praxis für spirituelle Psychologie,
Energiearbeit und ganzheitliche
Lebensberatung Gabriele Gallenberger
Schillerstr. 22 c
85521 Ottobrunn
Tel. 089 66008311
- 10.12.08 Seerosenwerkstatt Ammersee
Stephanie Lensing-Wolff
Mühlstr. 11
86919 Utting
Tel. 08806 923961

2 Tages Ernährungs- und Kochseminare: (jeweils von 10.00 – 19.00 Uhr)

- 17./18.11.08 Cafe Frühtau
Grafstrasse 14
82335 Berg
Tel. 08151 971480 Bettina Hofmann
- 03/04.01.09 STADLER-HOF
Dorfstr. 15
84106 Großgunderstshausen
Tel. 08754 910020 Anneliese Stadler
- 19./20.01.09 Cafe Frühtau
Grafstrasse 14
82335 Berg
Tel. 08151 971480 Bettina Hofmann
- 31.01./01.02.09 Seerosenwerkstatt Ammersee
Stephanie Lensing-Wolff
Mühlstr. 11
86919 Utting
Tel. 08806 923961
- 21./22.03.09 Vereinsraum im Besucherbergwerk
Markus-Röhling-Stolln
Sehmatalstr. 15
09456 Annaberg-Buchholz / Frohnau
- 30./31.03.09 Cafe Frühtau
Grafstrasse 14
82335 Berg
Tel. 08151 971480

