

ANMELDUNG

ZUM KOSTENLOSEN
VORTRAGS-
PROGRAMM VIA
ONLINE ZOOM-
MEETING UNTER:

info@hildegard-vital.de

10/09/2024

IMMUNSYSTEM STÄRKEN – DER NÄCHSTE WINTER KOMMT BESTIMMT!

Husten, Schnupfen, Heiserkeit -
Rüsten Sie sich gegen Viren und Bakterien des
Winters. Wir empfehlen diesen Vortrag, um
wertvolle Einblicke und bewährte Strategien zur
Stärkung Ihres Immunsystems zu erhalten (als
Prophylaxe). Und welche Kräuter bei einem akuten
Infekt und dessen Begleitsymptomen am
effektivsten eingesetzt werden können.

08/10/2024

IMPFUNGEN – IMPFEN, WAS GEHT? SEGEN UND / ODER FLUCH? VERSCHIEDENE ARTEN UND NEUE WIRKSTOFFVERFAHREN

In diesem Vortrag tauchen wir ein in die vielfältige
Welt der Impfungen, die jedem in Deutschland
lebenden Menschen zugänglich sind. Sie lernen die
Impfungen zu differenzieren und Sie erfahren,
welche Arten von Impfstoffen es gibt, auf welcher
Ebene im Körper sie wirken und welche einen
lebenslangen Schutz bieten oder eine
Nachimpfung erforderlich machen.

12/11/2024

DEMENZERKRANKUNGEN & STÖRUNGEN DER MERKFÄHIGKEIT/KOGNITION – URSACHEN & PROPHYLAXE

Der Vortrag beleuchtet nicht nur die Auslöser
und Ursachen von Demenzerkrankungen,
sondern bietet auch praktische Schritte zur
Vorbeugung. Erfahren Sie, wie Sie aktiv Ihre
geistige Gesundheit fördern und das Risiko von
Demenz mindern können. Darüber hinaus wird
dargelegt wie Einschränkungen der
Konzentration, Wortfindungsstörungen etc.,
auch unabhängig von einer Demenzerkrankung
entstehen und behandelt werden können.

10/12/2024

ERNÄHRUNG FÜR KRANKE & GESUNDE NACH HILDEGARD VON BINGEN

Warum weicht die Ernährungsweise
nach Hildegard in der heutigen Zeit von
der ursprünglichen Lehre ab? Lernen
Sie in diesem Vortrag, wie die alten
Prinzipien gedeutet und heute in der
Moderne angewendet werden sollten,
um Körper und Geist in Balance zu
bringen und ein nachhaltiges
Wohlbefinden und Ihre Gesundheit
deutlich zu fördern.

Denn Ernährung folgt bestimmten
Prinzipien, damals (vor knapp 950
Jahren) wie heute.

KONTAKT

Hildegard-Vital

Teinacher Str. 51

71634 Ludwigsburg

info@hildegard-vital.de

07141 990 9060

www.hildegard-vital.de

Unser Shop:

<https://shop-hildegard-vital.de>



Hildegard-Vital.de



weil Ihnen Ihr Wohlbefinden
am Herzen liegt

VORTRÄGE

2024

ALESSANDRO ROCHIRA

2024

Online-
Vortragsprogramm

Baden-Württemberg

Vortragsbeginn
jeweils
um 19 Uhr

16/01/2024
BLUTANALYSE SSTC –
AUFBAU & HINTERGRUNDWISSEN,
ERKLÄRUNG DER BEGRIFFLICHKEITEN

Alessandro Rochira, Entwickler der SSTC, erklärt in diesem Vortrag alles rund um das Thema der speziellen Blutanalyse, die einen ganzheitlichen Blick auf Ihr Gesundheitssystem liefert. Was bedeutet SSTC? Was sagt die Analyse über Ihren Gesundheitszustand aus und welche konkreten Informationen können Sie daraus gewinnen?

20/02/2024
ERSCHÖPFUNG, FATIGUE –
WENN DER KÖRPER NICHT MEHR
KANN

Gesunde Nerven brauchen einen gesunden Körper – und andersrum!
Welche Faktoren und körperlichen Einflüsse lassen mich und meine Nerven ermüden? Was kann ich tun, um meinen geschwächten Körper und Nervenhaushalt zu unterstützen?
Erfahren Sie, wie Sie Schritt für Schritt zu neuer Vitalität und einer ausgeglichenen Balance zwischen Körper und Geist gelangen können.

12/03/2024
GEWICHTSREGULIERUNG –
ÜBERGEWICHT/UNTERGEWICHT

Dieser Vortrag beleuchtet die effektivsten Methoden und gibt Einblicke zu Trends wie Intervallfasten, Trennkost, Weight Watchers, Eiweiß-Shakes uvm.
Tipps für gesundes + effizientes Abnehmen und Hilfe bei Untergewicht.
(Wenn trotz vielem Essen, nichts am Körper bleibt.)

09/04/2024
ZECKEN / BORRELIOSE
REALITÄT & RISIKEN

Dieser Vortrag bietet eine klare Einschätzung der Gefahren und räumt Mythen auf. Erhalten Sie Einblicke, wie Sie sich schützen und angemessen reagieren können. Aber auch, welche Co-Infektionen mit einem Zeckenstich verbunden sein können und wie Sie diese erkennen bzw. welche effizienten Gegenmaßnahmen Sie selbst ergreifen können.

14/05/2024
KRÄUTER-HAUSAPOTHEKE-
GRUNDAUSSTATTUNG NACH
HILDEGARD-VON-BINGEN

Es gibt viele Gründe, warum eine Kräuter-Hausapotheke sinnvoll sein kann. Meist kommen die Beschwerden plötzlich und unerwartet. Auch die richtige Einschätzung der Beschwerden ist wichtig. Kann ich mit Hausmitteln behandeln oder muss ich zum Arzt? Lernen Sie in diesem Vortrag Hilfe zur Selbsthilfe. Die "Heilkraft der Natur" angemessen anzuwenden, als Erst-Gegenmaßnahme oder begleitend.

11/06/2024
ENTARTUNGEN – WIE SIE ENTSTEHEN UND
WAS MAN PRÄVENTIV TUN KANN

Erfahren Sie in diesem Vortrag mehr über die Mechanismen von Entartungen (gut und bösartiger Natur) und wie diese Prozesse entstehen. Entdecken Sie präventive Maßnahmen, die Ihnen helfen können Ihr Gesundheitsrisiko zu minimieren und Ihre Lebensqualität zu schützen.

09/07/2024
HAUT – URSACHEN VON EKZEMEN,
NEURODERMITIS, NESSELSUCHT
IST CORTISON DIE EINZIGE
LÖSUNG?

Wenn Juckreiz, Schwellung und Rötung im Vordergrund stehen, dann ist man schnell in seinem Wohlbefinden eingeschränkt. Als erstes sollte man dieses Beschwerdebild jedoch differenzieren und benennen können. Erst dann kann eine langanhaltende positive Veränderung eingeleitet werden. Mit Cortison verändern Sie die Ursache nicht. Sie erfahren in diesem Vortrag etwas über kurzfristige Hilfen und langfristige Herangehensweisen, die an der Ursache ansetzen.



13/08/2024
MUNDHYGIENE – MUNDHÖHLE, ZÄHNE,
RACHEN

In diesem Vortrag werfen wir einen ganzheitlichen Blick auf die Mundgesundheit und beleuchten die Zusammenhänge zwischen Mundhöhle, Rachen und Zähnen, um Ihnen wertvolle Hilfestellung für Ihre Pflegeroutine zu vermitteln. Denn der Zahnarzt greift in der Regel erst ein, wenn bereits ein Schaden entstanden ist.