

INSULINRESISTENZ

Die stille Epidemie

10.6.25 - 19 UHR

Insulinresistenz betrifft immer mehr Menschen - oft jahrelang unbemerkt. Sie kann zu Gewichtszunahme, Energielosigkeit, Hautproblemen und Zyklusbeschwerden führen - und ist ein stiller Vorbote von Diabetes Typ 2.

In diesem Vortrag erfährst du, wie Ernährung, Stress und Nährstoffe wie Omega-3 & Vitamin D3/K2 entscheidend gegensteuern können.

Vortragende:

Stefanie Gojer

Expertin für integrative Ernährung

B.Sc. Psychologie

Lebens- und Sozialberaterin (TCM)



Insulinresistenz- die stille Epidemie

Insulinresistenz betrifft immer mehr Menschen- oft jahrelang unbemerkt. Sie kann zu Gewichtszunahme, Energielosigkeit, Hautproblemen und Zyklusbeschwerden führen- und ist ein stiller Vorbote von Diabetes Typ 2. In diesem Vortrag erfährst du, wie Ernährung, Stress und Nährstoffe wie Omega 3 und Vitamin D3/K2 entscheidend gegensteuern können.

 <https://us02web.zoom.us/j/83313023493>  Stefanie Gojer

 10.06.2025 19:00 - 20:00
