

Die Hälfte der Lebenszeit verbringen wir in den eigenen vier Wänden!

Diese 50 % an Lebenszeit kann jeder selbst für ein gesünderes Leben gestalten!“

Wie Sie das sehr einfach erreichen können, darum geht es

im 30 minütigen Vortrag: der anschließenden Diskussion und am Messestand mit
Annemarie Heuer - von at-home, Institut für Gesundheitsstudien

Wo: Gempt-Halle – Lengerich Gemptplatz 1 – Seminarraum

Wann: Sa/So: 02. und 03. März 2024 – jeweils 14:30 Uhr

Vorsorgen ist die Basis für ein besseres, gesünderes und entspannteres Leben.

Es schafft Sicherheit und Freiheit, verhindert Angst, Stress und so manche schlaflose Nacht.

Wer vorsorgt spart Zeit und Geld, hat mehr Leichtigkeit und Freude, mehr Ruhe und Stabilität.

Die Vorteile des Vorsorgens sind heute häufig in Vergessenheit geraten.

Wir sind es gewohnt, 24 Stunden täglich ALLES – von überall auf der Welt – im Überfluss – SOFORT zu bekommen! Es ist unumstritten, dass diese moderne Lebensweise in den letzten 30 Jahren zu massiven Umwelt-Veränderungen und -Belastungen geführt hat.

Was zur Folge hat, dass sich die gravierenden Umweltveränderungen mittlerweile auch auf die **biologischen Prozesse bei Menschen, Tieren und Pflanzen extrem negativ auswirken.**

Gesundheit ist die wichtigste Vorsorge!

Die Umwelt hat sich schnell und extrem verändert, nicht aber die Biologie der Menschen!

Noch vor 150 Jahren war es nachts auf der Welt still und komplett dunkel.

Heute haben wir die Nacht zum Tag gemacht - **und das hat Folgen!**

Nie zuvor war es wichtiger: Gesundheitsvorsorge im Zuhause!

Unzählige äußere Einflüsse, wie Lichtverschmutzung und permanente Einstrahlung in der Nacht auf unser Gehirn – verursacht durch immer mehr Funk/Technik – **erzeugen Stress im Körper, verhindern den erholsamen Schlaf**, die nächtliche Regeneration, das Ausschütten von Hormonen und Botenstoffen u.v.m..

Viele natürliche Prozesse im Körper funktionieren nicht mehr so, wie es die Natur eingerichtet hat.

Immer häufiger ist die Technik das Problem!

Keiner erklärt die daraus langfristig entstehenden Nebenwirkungen!

Im Vortrag erfahren Sie, wie Technik auf Dauer die biologische Ordnung im Körper (zer)stören kann.

Durch den richtigen Umgang lassen sich aber negative gesundheitliche Auswirkungen einfach vermeiden oder beseitigen. Lösungen gibt es immer. Sie sind meistens einfach, physikalisch messbar, nachhaltig und kostengünstig. Die gesundheitlichen Zusammenhänge bedürfen weiterer Erklärung – und darüber wollen wir reden.

Ich verspreche Ihnen wichtige Tipps und Infos für eine gesündere und bessere Zukunft.

Ich freue mich auf Sie – Ihre Annemarie Heuer

Für uns ALLE – und besonders für unsere Kinder ist es dringend erforderlich – zu lernen, moderne Technik gesundheitsbewusst, sinnvoll und gefahrlos zu nutzen, um schon heute für die Gesunderhaltung von MORGEN vorzusorgen!

Besuchen Sie uns auch auf: www.at-home.de www.das-gesunde-haus.de [instagram](https://www.instagram.com/at-home) [facebook](https://www.facebook.com/at-home)