



Wild Pulse

Mikrobiom & Gesundheit

Live Online Kurs

Entschlüsse die Geheimnisse Deines Mikrobioms! Entdecke die entscheidende Rolle, die die Darmbakterien für Dein allgemeines Wohlbefinden spielen. Lerne, wie Du ein gesundes Mikrobiom unterstützen und erhalten kannst. Verbessere Deine Darmgesundheit, stärke Dein Immunsystem und verbessere Deine Lebensqualität.

Themenübersicht

- Das menschliche Mikrobiom
- Dysbiose
- Schritte zu mehr Darmgesundheit
- Einführung in die Fermentation

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

- Menschen, welche die Funktionen des Mikrobioms und dessen Einfluss auf die Gesundheit verstehen möchten
- Chronisch kranke Menschen, die ihre Darmgesundheit verbessern möchten
- Ernährungsberater:innen

Kursleitung

Franziska Wick, zertifizierte Fermentista, die in den vergangenen Jahren über 1000 Amateure und Profis in die Welt der Fermentation eingeführt hat.

Dauer

- 10 Minuten Vorbereitungs-Video on Demand
- 90 Minuten live online