

Bauchgefühl im Gleichgewicht

**So bleibt deine Verdauung
in der Balance**

**Fyrobig Apéro am
Donnerstag, 05. Juni 2025
19.00 – 21.00 Uhr**

Denkbar
Gallusstrasse 11 (Nähe Klosterplatz)
9000 St. Gallen
oder live via Zoom





Fyrobig Apéro

Bauchgefühl im Gleichgewicht

Ein gesunder Darm ist der Schlüssel zu Wohlbefinden und Energie. Unsere Verdauung beeinflusst nicht nur unsere körperliche, sondern auch unsere emotionale Balance. Besonders Menschen mit unregelmässigen Arbeitszeiten und häufigen Stresssituationen haben oft mit Verdauungsproblemen zu kämpfen. Erfahre, wie du auf natürliche Weise deine Verdauung im Gleichgewicht hältst.

Christina Schmidhauser, Eidg. dipl. Drogistin, gibt uns wertvolle Einblicke in den Stoffwechsel, die Verdauung und den Säuren-Basenhaushalt.

Zudem werfen wir einen Blick auf die Philosophie und das Leben des Naturheilkundepioniers Alfred Vogel. Seine Überzeugung, dass natürliche Heilmittel aus der Pflanzenwelt die Gesundheit fördern können, prägt die Naturheilkunde bis heute.

Gemeinsam mit dem Verein "Helvetia spricht" laden wir dich herzlich zum Fyrobig-Apéro in die Denkbar ein.

Du kannst persönlich vorbeikommen oder bequem über Zoom teilnehmen.

Anmeldung

Verbindliche Anmeldung, sowohl für die Teilnahme in Präsenz als auch online:

Bis 29. Mai 2025 unter:

www.sbk-sg.ch/de/veranstaltungen
oder hier:



Anreise

Zu Fuss:

Ab Hauptbahnhof 10 Min.

Ab Marktplatz 5 Min.

Mit dem Auto:

Bitte nutze die umliegenden Parkhäuser

Kosten

Der Anlass ist für Mitglieder des SBK und "Helvetia spricht" kostenfrei.

Nichtmitglieder zahlen vor Ort einen Beitrag von 20.00 CHF.

In Zusammenarbeit mit

**Helvetia
spricht**