



Wie stärke ich mein Immunsystem?

So funktionieren Abwehrkräfte besser.

WANN	Sonntag 20. Oktober 2019 19.00 Uhr
WO	9000 St. Gallen Rosenbergstrasse 58
REFERENT	Prof. Dr. Jochen Hawlitschek Facharzt für Chirurgie, Master in Public Health ehemaliger Direktor der Medizinischen Fakultät Montemorelos, Mexiko
KOSTEN	Eintritt frei
INFO	Gerald Ströck 076 439 13 43 gerald.stroeck@llg.ch www.llg.ch



Wie stärke ich mein Immunsystem?

So funktionieren Abwehrkräfte besser.

Was stärkt nachhaltig die Gesundheit jedes Menschen? Weisse Blutkörperchen sind verantwortlich für:

- die Instandhaltung unserer Gesundheit
- Schutz vor Bakterien, Viren, Krebszellen
- Heilung bzw. Wiederherstellung nach Verletzungen

Wie wirkt sich unser Lebensstil – Bewegung, Erholung, Ernährung, Emotionen – auf das biologische Abwehrsystem unseres Körpers aus?

Zum Referenten:

Dr. Jochen Hawlitschek war Professor und ehem. Direktor der Medizinischen Fakultät Montemorelos, Mexiko. Er hält regelmässig Vorträge und Seminare über eine gesunde Lebensweise an Universitäten und Schulen in mehreren Ländern und Kontinenten. Zusätzlich arbeitet er an Veröffentlichungen in Zeitschriften und sein Buch „Lebensstilkrankheiten“ wurde in 10 Sprachen übersetzt.

WANN	Sonntag 20. Oktober 2019 19.00 Uhr
WO	9000 St. Gallen Rosenbergstrasse 58
REFERENT	Prof. Dr. Jochen Hawlitschek Facharzt für Chirurgie, Master in Public Health (USA), Ehemaliger Direktor der Medizinischen Fakultät Montemorelos, Mexiko
KOSTEN	Eintritt frei
INFO	Gerald Ströck 076 439 13 43 gerald.stroeck@llg.ch www.llg.ch

IHRE GESUNDHEIT LIEGT UNS AM HERZEN!

LIGA LEBEN UND GESUNDHEIT

Verein zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung

