

Einladung zum Abendvortrag  
speziell für die Tara:

## Die Darm-Leber-Achse als Schlüssel der optimalen körperlichen und geistigen Gesundheit

Donnerstag, 22.06.2023, 19.30 Uhr  
im Hotel Landskron

Am Schiffertor 3, 8600 Bruck a. d. Mur

Die Leber ist unser Entgiftungs- und Stoffwechselorgan. Alles, was wir zu uns nehmen, sei es Nahrung, Medikamente oder Giftstoffe, wie Alkohol, muss von der Leber abgebaut werden. Entgiftungskuren mit pflanzlichen Heilmitteln können oft mehr schaden als nutzen, da pflanzliche Produkte hohe Wirkstoffkonzentrationen enthalten können und in der Leber manchmal zu noch giftigeren Stoffwechselprodukten umgewandelt werden. Welchen Einfluss unser Mikrobiom auf die Entgiftungsleistung der Leber hat und wie wir unseren Stoffwechsel bestmöglich unterstützen erfahren Sie in dem Vortrag.

**Programm:** 18:30 Einlass und Fingerfood  
19:30 Vortragsbeginn  
20:45 Diskussion und Fragen

**Referentin:** Simone Kumhofer, BA, BSc./MSc.  
Sport- und Ernährungswissenschaftlerin

### Eintritt frei!

Die Veranstaltung findet unter den am Veranstaltungstag geltenden gesetzlichen Vorgaben der österr. Bundesregierung statt.

### Anmeldung unter:



[www.darmakademie.com/pka-abend-bruck](http://www.darmakademie.com/pka-abend-bruck)