

Lunchtalk

Omega3 als Gamechanger



gratis

Donnerstag,
24. Juli 2025
12:05 – 12:35 Uhr
Online via zoom

...für mehr Vitalität, Konzentration und Gelassenheit
...für 30 Billionen funktionierende Zellen im Körper
...für ein entzündungsfreies Leben
...für ein starkes Herz

michaelaposch 
Seminare & Coaching

Lunchtalk

Omega3 als Gamechanger

Beim 30-minütigen Online-Lunchtalk geht es um die Biochemie unseres Körpers. Welche Rolle spielt Omega3 für unsere Zellen und was bedeutet es das richtige Omega6:3 Verhältnis zu haben?

Omega3-Mangel bzw. ein schlechtes Omega6:3-Verhältnis haben stille Entzündungen im Körper zur Folge. Diese bleiben oft jahre- und jahrzehntelang unbemerkt während sie viele Krankheiten und Symptome im Körper verursachen. Auch Kinder sind davon schon oft betroffen.

Doch es gibt eine Lösung! Omega3 und das Verhältnis zu Omega6 kann gemessen werden und dann kann man gegensteuern. Wie? Genau darum geht's beim Lunchtalk...



Nächster
Lunchtalk:

Donnerstag,

24. Juli '25

12:05 bis

12:35 Uhr



Deine Gastgeberin

Mein Name ist Michaela Posch.

Ich bin dreifache Mama und war mehr als 10 Jahre lang Führungskraft und Personalleiterin im mittelständischen Unternehmen.

Nach meinem gesundheitlichen Schicksalsschlag habe ich mich als Seminartrainiererin selbstständig gemacht und Prävention zu meinem Fokusthema entwickelt.



Waldstraße 2
85656 Buch am Buchrain

ZINZINO
Independent Partner



08124 / 907 84 54
0174/ 4 68 85 53



DBVB
Deutscher Bundesverband
für Burnout-Prävention e.V.

Mitglied im DBVB



www.michaelaposch.de
mail@michaelaposch.de

gratis

Der Online-Lunchtalk findet
mehrmals im Jahr statt.

Hier siehst du, wann es
den nächsten **Lunchtalk** gibt.

Um dabei zu sein, sende mir einfach eine Email
und du erhältst die Online-Zugangsdaten.



michaelaposch
Seminare & Coaching