



VEDA·YANA

ZENTRUM FÜR
AYURVEDA MEDIZIN

Ayurveda Sonntage

im Zentrum für
Ayurveda Medizin

8. Juni 2025

Reizdarm – Verdauungsbeschwerden ayurvedisch behandeln

Vortragender: **HP Elmar Stapelfeldt M.A.**

(Immanuel Krankenhaus Berlin)

Köchin: **Michèle Frey** (Mitgründerin ayurveda room, Bern)

Das Reizdarm-Syndrom zählt zu den häufigsten chronischen Darm-erkrankungen und kann die Lebensqualität enorm einschränken. Ayurveda bietet einen ganzheitlichen Ansatz, um die Verdauung zu stärken und zu regulieren – durch individuell abgestimmte Ernährung, gesunde Routinen, gezielte Yoga-Übungen und die Kraft ayurvedischer Heilpflanzen. Bei diesem Ayurveda Sonntag bekommst du praxis-nahes Wissen, das dein Wohlbefinden stärken soll.

Für wen? Diese Veranstaltung richtet sich an Betroffene sowie Natur-heilpraktiker:innen und Komplementärtherapeut:innen, ebenso wie Ärzt:innen, Vertreter:innen anderer Fachrichtungen, sowie auch all jene, die sich für Ayurveda interessieren.

Was erwartet dich? Praxisnaher Fachvortrag | Vorstellung einer aktuellen Studie | Fallbesprechung | Vertiefung persönlicher Fragen | Ernährungsempfehlungen | ayurvedisches Buffet | Handout mit Inhalten des Vortrags sowie Rezepten | praktische Übung mit Herstellung bewährter ayurvedischer Mittel | wertvolle Impulse für deinen Alltag

Programm:

09:20 Uhr – Shuttle-Service ab Bahnhof Teufen

09:30 Uhr – Empfang & entspanntes Ankommen

10:00 Uhr – Teil 1: Fachvortrag

11:30 Uhr – Ayurvedisches Buffet & Austausch mit Gästen

13:00 Uhr – Teil 2: Praktische Übung

14:30 Uhr – Shuttle-Service zurück zum Bahnhof Teufen

Preis: EARLY BIRD bis 02.06. CHF 139 (inkl. Verpflegung, Shuttle-Service, Vortragsunterlagen, Rezepte sowie eine Überraschung zum Mitnehmen)*

*Mit dem Reinerlös des Ticketverkaufs der Ayurveda Sonntage werden wir jene Menschen unterstützen, die sich selbst keine Behandlung leisten können.

Veranstaltungsort: VEDA-YANA GmbH
Zentrum für Ayurveda Medizin
im A.Vogel Gesundheitszentrum
Hätschen 1344, 9053 Teufen, Schweiz

Weitere Infos und Buchung unter
vedayana.ch/events

Jetzt buchen

