Das Seminar findet am Montag, den 03.03.2014 im Kur- und Wellness Hotel Mönchgut (Akzent Waldhotel) in Göhren statt

**Programm:**

8:30 bis ca. 12:00 Uhr Theorie

Syptome einer Übersäuerung/eines Basenmangels

Der Kochsalzkreislauf nach Sander (Sodbrennen)

Nachweis von Übersäuerung/Basenmangel mit kleinen Tests

Extra- und intrazelluläre Übersäuerung/Basenmangel

Therapie von Übersäuerung/Basenmangel

 13:00 bis ca. 16:00 Uhr Praxis der Basischen Kost

 Salate, Suppen, Smoothies

Besonderheiten der Zubereitung, Rezepte und Einkauftipps

Der Verein Rügener Heilkreide e.V. finanziert das Seminar über sein Projekt: "Die Rügener Heilkreide ein einzigartiges ortsgebundenes Heilmittel als Alleinstellungsmerkmal für das Gesundheitsland Mecklenburg-Vorpommern" aus den Mitteln für die Maßnahme: Kreidefit-Tage. Das Projekt wird vom Ministerium für Wirtschaft, Bau und Tourismus Mecklenburg-Vorpommern mit Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwickung (EFRE) gefördert.