

Mini-Kur

**für mehr Gesundheit bei Diabetes, Rheuma,
Herz-Kreislauf- sowie Magen-
Darmerkrankungen**

**3 Tage zur Verbesserung der eigenen
chronischen Krankheit**

9.10.20 – 11.10.20

mit Ana Steindorff Pinheiro
Ärztin für nachhaltige Gesundheit

und Bernd Steindorff Pinheiro
Yogalehrer und Coach



Ana Steindorff Pinheiro
Mehlitzstr. 8 – 10715 Berlin
+49 – (0) 176 78 50 47 99
info@viapanacea.eu
www.viapanacea.eu

Für wen ist diese Kur?

Für Menschen die Ihren Weg zur Gesundheit mit einer ganzheitlich medizinischen Betreuung gehen wollen.

Wir unterstützen Menschen, die sich wünschen, Ihre Gesundheit auf natürlichem Weg zu verbessern, Ihre Leistungsfähigkeit zu steigern und bei schwereren Erkrankungen sogar Ihre Medikamente zu reduzieren.

Das gelingt, indem wir uns intensiv mit dem Lebensstil, der Umgebung, der Ernährung und den Gewohnheiten des Einzelnen beschäftigen, diese den wirklichen Bedürfnissen entsprechend verändern und so ein neues und gesünderes Leben ermöglichen.

Möglichst frei von Medikamenten und anderen Interventionen.

Pur, ursprünglich und wirklich gesund.

Holen Sie Ihr gesünderes Leben zurück!

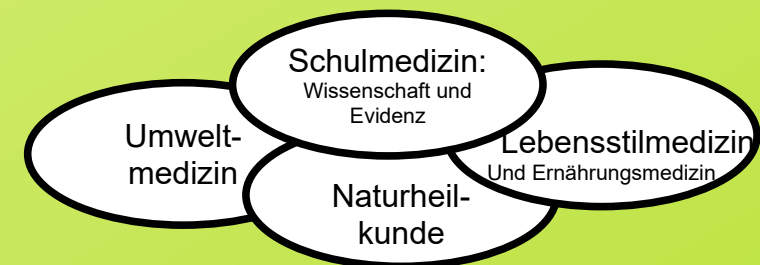
Sie leiden unter Diabetes, Magen-Darmerkrankungen, Rheuma oder Herz-Kreislaufkrankungen? Dann zählen eine Vielzahl von Medikamenten und zahlreiche Arztgänge vielleicht schon zu Ihrem Alltag. Wie wäre es, wenn Sie diese auf ein absolutes Minimum reduzieren könnten? Einfach durch ein paar Veränderungen in Ihrem alltäglichen Leben? Klingt zu einfach? Doch genau das ist es!

In dieser Mini-Kur erstellen wir Ihren individuellen Plan für einen gesünderen Alltag und damit gesünderes Leben.

Das erwartet Sie in den 3 lebensverbessernden Tagen:

- Eingangsanamnese mit großem Blutbild und Blutanalyse
- Übungen zur Achtsamkeit und Meditation
- Wissensvermittlung und praktische Übungen für einen gesunden Lebensstil
- Sport- und Bewegung
- Erarbeitung individueller Maßnahmen und Pläne zur Etablierung eines gesunden Lebensstils im Alltag

Unser Konzept vereint eine ganzheitlichen Behandlung mit den Gebieten:



Das haben Sie von den 3 Tagen:

- Intensive und individuelle ärztliche Analyse, Betreuung und Beratung
- Wissen, wie Sie wieder gesünder, vitaler leben und wie Sie Ihren gesundheitlichen Zustand verbessern um möglicherweise sogar Medikamente reduzieren können

Themen die wir behandeln werden:

- Ernährung: gesund, vollwertig pflanzenbasiert und besonders reich an Antioxidantien
- Workshop: die eigene Ernährung bewerten, und gesündere Alternativen kennen
- Nachhaltige Gesundheit - wie kann ich sie erreichen
- Tägliche Bewegung in allen Kernelementen von Kraft, Ausdauer, Flexibilität, Koordination und Schnelligkeit und welche Sportart ist für mich die Beste
- Gesunder Schlaf - was heißt es und wie kann ich ihn finden
- Kleine Süchte - die großen Feinde der Gesundheit (Zucker, Fett, Salz und viele andere) und wie ich ihnen begegne.
- Ihr individueller Plan und Schlüssel zum gesundheitlichen Erfolg

Wo findet es statt?

20km westlich von Berlin
Stutenmilchfarm Grüne Oase GmbH
Zur Grünen Oase 1
14656 Brieselang OT Bredow

Wann findet es statt?

09. bis 11.10.2020

Ihr Investment in Ihre Gesundheit:

442 Euro/ Person für die ärztlichen Leistungen, die Sie ggf. steuerlich geltend machen können.
inkl. individuellem Gesundheits-Check mit 90Min Arztgespräch und Labor
zzgl. 100 Euro für Kost & Logis

Direkt anmelden!

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Plätze begrenzt. Rufen Sie mich direkt an und finden Sie heraus, ob diese Kur für Sie geeignet ist.



Ana Steindorff Pinheiro
Mehlitzstr. 8 – 10715 Berlin
+49 – (0) 176 78 50 47 99
info@viapanacea.eu
www.viapanacea.eu

Ihr Team für Ihre Gesundheit

Ana Steindorff Pinheiro



Ärztin für nachhaltige Gesundheit, Lebensstilmedizin und pflanzenbasierte Ernährungsmedizin

Meine Unterstützung gebe ich sowohl in Sprechstunden, Gruppentherapien, Vorträgen und Retreats. Mein Ziel ist es eine bestmögliche Gesundheit für meine Umwelt zu erreichen: für mich, meine Klienten, meine Mitmenschen - mit so wenig Medikamenten und Interventionen wie möglich. Dies spiegelt sich in einer nachhaltigeren Gesundheit und Natur wieder.

Bernd Steindorff Pinheiro



Yoga-Lehrer, Personal Coach und New Work-Begleiter

Ich begleite Menschen mal mit Leidenschaft und mal mit Ruhe. Für mich stehen Fragen des Sinns weit vorne genauso wie Herausforderungen anzugehen und ein achtsames Leben zu führen. Bewegung und Ernährung sind mir wichtig.