



## Kurse Herbst/Winter

Schon spürt man den Herbst kommen. Investiere jetzt wieder Zeit in Dich.

Gerne an einem Kurs oder einer persönlichen Ernährungsberatung.

Ich freue mich, von Dir zu hören.

Herbstliche Grüsse, Gaby



**Hülsenfrüchte-Kochkurs 14. September in Bern-West und 5. Oktober in Schönbühl**

Powerfood mit grossartiger Wirkung auf Psyche und Körper.

Vegetarisch mit der Extraportion Eiweiss,  
Fastfood-Linsen in 5 Minuten gekocht.

In der BoE werden Hülsenfrüchte regelmässig gegessen. Mit dem richtigen Wissen können wir mit diesen Lebensmitteln viel Gutes bewirken.  
Einige Stichworte: Stress belastbarer, zufriedener, ausgeglichener, Immunsystem, logisch-rationale Denken, Konzentration, Durchhaltevermögen usw.

Ich freue mich auf Deine Anmeldung!

Nähere [Infos](#)

**Einführungskurs in die Bedarfsorientierte Ernährung** 29. Oktober

Weitere Kurse wie Brot backen, gesund durch den Winter, Infos [hier](#)



## Diverses

[SNE Symposium Solothurn 30.9./1.10.2022](#). Ich bin mit einem Stand und einem Vortrag vertreten. Du möchtest kommen? Einige Gratistickets kann ich an gute KundInnen abgeben.

[Kombucha-Pilz gratis](#) abzugeben. Abzuholen in Lyss oder Schwadernau

[Lust auf Pilates?](#) Freie Plätze in Lyss, Freitag 13 - 14 Uhr. Infos bei mir



## RINGANA Termine in Lyss

Infoabende mit Ringana-Produkten und Ernährungswissen

**Fr, 16. September Erntedankfest -**

**auch für Deinen Körper** mit Vorstellung eines  
Entschlackung- und Verwöhnprogramm

**Di, 11. Oktober Frauenpower**

Wenn die Wellen kommen, lerne sie zu reiten!

Weitere Themen und Daten findest Du [hier](#)

Bring gerne Deine FreundInnen mit!  
Platz beschränkt. Jetzt gleich anmelden bei  
Gaby Stampfli 078 754 43 34



Angebote für Firmen findest Du [hier](#):

**manna seminare**



Herbstliche Grüsse, Gaby Stampfli

[info@manna-nahrung.ch](mailto:info@manna-nahrung.ch)

Ich freue mich auf viele Begegnungen.

Folgen Sie mir



**Bielstrasse 14, 3250 Lyss, Schweiz**

**+41 78 754 43 34**

Zur Website [→](#)