Omnia Space e.V.
Verein für Gesundheitsförderung und Prävention

Neue Zeit – neues Denken!

Kostenfreier Eintritt für alle!

GESUNDHEITSTAG
SELIGENSTADT 2026

Darmgesundheit & Immunsystem

Ein gesunder Darm – die Basis für ein starkes Immunsystem!



- **3 Fachvorträge** je 45 Minuten
- **Aussteller** Information & Beratung
- **Workshops** Praktisch & interaktiv

Sonntag, 22. November 2026
Einlass ab 11:00 Uhr

Hans-Memling-Haus
Große Maingasse 7, 63500 Seligenstadt



Programm

11:00 – 11:30	Einlass und Besuch der Aussteller
11:30 – 12:15	**Ernährung für einen gesunden Darm** Wie die richtige Ernährung Darmflora und Immunsystem stärkt
12:15 – 12:30	Pause und Austausch mit Ausstellern
12:30 – 13:15	**Mechanische Organmassage durch Bauchatmung und Aktivierung des Parasympathikus durch Bewegung** Wie gezielte Atmung und Bewegung die Organfunktionen unterstützen und die Selbstregulation stärken
13:15 – 13:30	Pause, Aussteller und Workshops
13:30 – 14:15	**Dickdarm, Dünndarm und Milz-Pankreas** Tradition statt Labor. Ein ganzheitlicher Ansatz aus der Traditionellen Chinesischen Medizin.
14:15 – 15:00	Workshops, persönliche Beratung und Austausch mit Ausstellern
15:00	Ende der Veranstaltung

Das erwartet Sie:

- ✓ Wertvolles Wissen von Expertinnen und Experten
- ✓ Vielfältige Aussteller aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Naturheilkunde, Gesundheit und mehr
- ✓ Inspirierende Workshops
- ✓ Persönliche Beratung und Austausch
- ✓ Praktische Tipps für Ihren Alltag
- ✓ Ein Event für die ganze Familie

Mehr Infos