



Gemeinde  
Großrinderfeld



## 13. Themenabend



### „Im Gesundheits-Pavillon der Gräfin – Gespräche am Kamin“

Die Gemeindeverwaltung Großrinderfeld und Gräfin Wolffskeel, Gerchsheim, laden sehr herzlich ein zum nächsten Themenabend

### „Das Immunsystem stärken: Tipps für eine bessere Gesundheit“ am Mittwoch, 30. September 2026 um 19 Uhr in die Turnhalle Gerchsheim

Ein starkes Immunsystem ist eine sichere Abwehr. Denn Infektionen und Krankheiten können uns wenig anhaben, so lange wir gute Abwehrkräfte haben: Die Dr. Schüßler Salze und sechs einfach umzusetzende Tipps.

Damit tun Sie sich und Ihrer Immunabwehr auf jeden Fall etwas Gutes. Auf ausgewogene Ernährung achten, regelmäßige Bewegung in den Alltag integrieren, für ausreichend Schlaf sorgen, versuchen, Stress abzubauen, genug Wasser und Tee trinken, Rauchen vermeiden und nur wenig Alkohol konsumieren. Das alles unterstützen und begleiten wir mit den Schüßler Salzen.

Unterstützt werden wir wieder von der Frauengemeinschaft Gerchsheim, die an diesem Abend verschiedenen Teesorten zum Verköstigen anbietet. Der Eintritt ist frei.

Ich freue mich sehr auf Ihr Kommen.

Ihre  
Gräfin Wolffskeel



Als Heilpraktikerin und psychologische Beraterin stehen Sie als Mensch für mich im Mittelpunkt – ich betrachte Sie in Ihrer Ganzheit, erspüre und erfasse Sie individuell. Denn gesundes Leben kann nur in Einklang mit sich selbst, der Natur, der Umwelt und im Bewusstsein der wechselseitigen Abhängigkeiten gelingen.

Ich nehme mir Zeit für Sie.  
Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Gesundheit.

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg