

## **Der gesunde Wohnraum Einführung in die Baubiologie**

Unsere Gesundheit ist ein kostbares Gut, um welches wir uns täglich immer wieder neu bemühen sollten.

Ein wichtiger Aspekt dabei ist ein Wohnraum, frei von Elektromog, Wohnraumgiften und anderen belastenden Faktoren.

Um in den eigenen vier Wänden gesünder leben zu können, gibt es eine Reihe von Möglichkeiten, welche Sie auch ohne großen finanziellen oder praktischen Aufwand eigenständig umsetzen können.

In diesem Praxisseminar kommen unter anderem folgende Themen zur Sprache:

- Belastungen durch Elektromog, Schimmelpilze und ungünstige Luftionisation erkennen und vermeiden
- mit einfachen Materialien aus dem Baumarkt Elektromog deutlich reduzieren
- Tipps und praktische Hinweise zur gesunden und umweltfreundlichen Wohnraumgestaltung oder Renovierung
- Vorschläge für den idealen Schlafplatz
- aus der eigenen Befindlichkeit Rückschlüsse auf eventuelle Belastungen des Schlaf/ Arbeitsplatzes ziehen

Verständliche Wissensvermittlung, anschauliche Demonstrationen und praktisches Arbeiten der Teilnehmer mit unterschiedlichen Hilfsmitteln vermitteln auf einfache und unterhaltsame Weise den Stoff. Dadurch werden Sie in die Lage versetzt, für sich und Ihre Familie einen gesunden Platz zu schaffen.