

Modul A6 - Teste dich selbst:

1. Warum ist Wasser für uns so wichtig?

2. Nenne 5 - 8 Aufgaben des Wassers in unserem menschlichen Körper.

3. Wieviel Wasser sollte pro Tag getrunken werden und nenne 5 Symptome die bei Dehydration auftreten können.

4. Was hat Dr. Emoto Masuru entdeckt und beschreibe diese in einigen Zeilen.

5. Was beinhaltet das «Reisprojekt»?

6. Worauf ist bei seiner Wasserwahl zu achten und wie kann die Qualität optimiert werden ?

7. Was versteht man unter Lebensenergie bei Lebensmitteln und wie kann man sie sichtbar machen ?

8. Warum ist Chlorophyll so wertvoll?

9. Was sind Keimlinge & Sprossen und was ist das Besondere an ihnen?

10. Was sind Superfoods und was macht sie so wertvoll?

11. Nenne 2 Beispiele von Superfoods und ihren besonderen Komponenten.

12. Welche 5 Arten von Naturheilkunde kennst du (inkl Kurzbeschreibung).

13. Warum ist Sport und Bewegung so wichtig?

14. Welche Unterstützung kennst du, damit es leichter ist Sport & Bewegung in den Alltag einzubauen

15. Was bedeutet Psychosomatik?

16. Nenne ein paar Beispiele für Zusammenhänge psychosomatischer Beschwerden ...

17. Welche Fragen eignen sich, um psychosomatischer Beschwerden auf «die Schliche» zu kommen?

DU HAST DAS KLASSE GEMACHT !!

