

# Mikronährstoffe bei Entzündungen und rheumatischen Erkrankungen

## Kleine Mengen - grosse Wirkung

Um gesund und leistungsfähig zu bleiben, sind Mikronährstoffe elementare Bausteine. Da der Körper Mikronährstoffe nicht selber herstellen kann, ist eine tägliche Zufuhr wichtig. Dafür ist eine ausgewogene Ernährung eine gute Grundlage, reicht aber nicht in jedem Falle aus. Mit höher dosierten und individuell ausgewählten Mikronährstoffen ist es möglich, Entzündungsgeschehen im Körper positiv zu beeinflussen. Möchten Sie erfahren, wie Sie Entzündungen und Schmerzen lindern können? Welche Mikronährstoffe können in welcher Dosierung hilfreich sein? Diese und viele weitere Fragen beantwortet Ihnen Marisa Brüllmann in diesem Referat.

Referentin      Marisa Brüllmann, eidg. dipl. Naturheilpraktikerin & Drogistin  
Datum/Zeit      Donnerstag 8. Mai 2025, 19:00–21:00 Uhr  
Ort                Pfarreizentrum Klösterli, Klösterliweg 6, 8500 Frauenfeld  
Kosten            CHF 10.00

**Eine Anmeldung ist erforderlich**



**Rheumaliga Thurgau**  
Holzäckerlistrasse 11b  
8280 Kreuzlingen  
Tel. 071 688 53 67  
[www.rheumaliga.ch/tg](http://www.rheumaliga.ch/tg)  
[info.tg@rheumaliga.ch](mailto:info.tg@rheumaliga.ch)



**Rheumaliga Thurgau**  
Bewusst bewegt