

Seminar: Wirksensorik – Die Wirkung hinter dem Geschmack

Die Wirkung von Lebensmitteln auf unser körperliches und emotionales Befinden kennenlernen



Am 16.5.2019, 10 bis 15.30 Uhr.

Linienstr. 139-140, INJU GmbH, Berlin

Alle Lebensmittel beeinflussen subtil unser leibliches und emotionales Befinden. Meistens entgeht uns im Alltag die Wahrnehmung dieser Effekte. Von Genussmitteln, wie Wein oder Kaffee sind uns emotionale Wirkungen eher bekannt. Aber auch Grundnahrungsmittel, wie Wasser, Brot und Gemüse wirken sehr spezifisch auf unser Befinden. Sie können uns aufhellen, anregen, beschweren, beruhigen, umhüllen, nervös machen und vieles mehr. Mit etwas Aufmerksamkeit können überraschende Entdeckungen gemacht werden. Es gibt Hinweise, dass sich die Art des Anbaus und der Verarbeitung bis zum persönlichen Erleben beim Verzehr auswirken.

Wir laden Sie ein, gemeinsam Lebensmittel zu probieren und unter Anleitung die Wahrnehmung ihrer Wirkung auf Ihr körperliches und emotionales Befinden zu üben. Dadurch stärken Sie Ihre Urteilsfähigkeit. Eine Übersicht über den Stand der Forschung zum Thema schließt das Seminar ab. Das Seminar richtet sich an jeden mit Interesse, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Dr. Uwe Geier

Dr. Uwe Geier ist Geschäftsführer des Forschungsring e.V. und der WirkSensorik GmbH. Er hat die achtsame Beobachtung von Lebensmittelwirkungen zu einer Methode entwickelt, der **Wirksensorik**. Neben seiner Seminartätigkeit führt Uwe Geier wissenschaftliche Studien zum Thema durch.

Veranstalter: Forschungsring e.V.

Wann: Donnerstag, den 16.5.2019. 10.00 bis 15.30 Uhr

Wo: INJU GmbH, Linienstr. 139-140, 10115 Berlin

Kosten: Die Teilnahme ist kostenfrei, es entstehen nur Verpflegungskosten in Höhe von max. 25 €.

Anmeldung: Forschungsring e.V. Mail: info@forschungsring.de (Stichwort „Wirksensorik-Seminar Berlin“). Bitte bis zum 10.5.2019 anmelden.

Gefördert durch:



BÖLN

Bundesprogramm Ökologischer Landbau
und andere Formen nachhaltiger
Landwirtschaft



WirkSensorik
EMPATHIC FOOD-TESTING

FORSCHUNGRING

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages