VORTRAG MIT NELE ENDNER

„Ernährungs- und Lebensstilbedingte Erkrankungen – und wie man sie verhindert“

Ein gesunder Lebensstil kann chronischen Erkrankungen optimal vorbeugen. Lerne die wichtigsten Krankheiten unserer westlichen Welt kennen und wie du sie verhindern kannst. Kaum eine andere Handlung hat so weitreichende Konsequenzen auf uns wie unsere Nahrungsaufnahme. Bekomme einen Einblick in die pflanzenbasierte Ernährung und welche Nährstoffe es hierbei zu beachten gibt.

Samstag, 6.4. um 10:30 Uhr und
Dienstag 9.4. um 19 Uhr
freier Eintritt, um Anmeldung wir gebeten