

Gesprächskreis mit der Ernährungsberaterin

Zeit: jeden 2. Mittwoch 15:30 – 17:00 Uhr
Ort: im Haus zum Gugger, Bachstr. 16
Leiterin: Frau Anja Müller, Dipl. oec.troph
Kosten: mit gültiger Gästekarte frei
Tagesgästekarte 3,00 €
ohne Anmeldung



Themen März bis Juni 2012

- 07.03.12 Entschlacken, entgiften - der richtige Start in den Frühling
- 21.03.12 Krank durch Übersäuerung?
- 04.04.12 Herzgesund essen - wie geht das?
- 18.04.12 Richtig Trinken - Fit dank Wasser
- 02.05.12 Nahrungsergänzungsmittel - Nutzen oder Risiko?
- 16.05.12 Macht Fett wirklich fett?
- 30.05.12 Die Alternative zur Diät - Gewichtsreduktion gesund und dauerhaft
- 13.06.12 Einfach essen - verwirrt durch unzählige Ernährungsweisheiten
- 27.06.12 Zucker und seine Auswirkungen auf den Körper

