

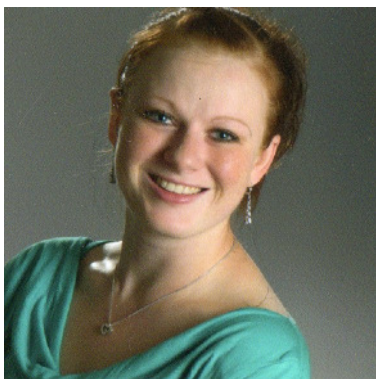
# Keine Gesundheit ohne gesunde Ernährung

Eine gesunde Ernährung trägt entscheidend zu unserer Gesundheit und Fitness bei. Neben Sport und Bewegung hilft eine gesunde Ernährung, Krankheiten wie Übergewicht, Gicht, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Nicht umsonst heißt es: „Du bist, was du isst“ – deshalb ist es wichtig, die Ernährung an die jeweilige Lebensphase und Situation anzupassen.

Wir bieten an:

- Einzelberatung, wo auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingegangen werden kann.  
Termine können Sie ab 04. Mai 2011 jeweils Mittwoch ab 19:00Uhr vereinbaren.  
Preis: 49,00 Euro / 60 Minuten
- Möchten Sie sich lieber mit anderen Interessierten austauschen, dann kommen Sie doch zum Vortrag über die 10 Regeln von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, die eine gesunde Ernährung ausmachen.  
Der Vortrag findet am 31.Mai um 19:00 Uhr statt und dauert ca. 1,5 Stunden.  
Preis: 30,00 Euro / Teilnehmer

Ich freue mich auf Sie, Ihre Julia Peters-Schütte,



staatlich anerkannte Diätassistentin.