

## IMPULS – ONLINE – VORTRAG

### GESUND & LECKER ESSEN – RUND UM DIE UHR

Schon Sebastian Kneipp sagte: „Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche“.

Doch wie schafft man es, sich trotz aller Verpflichtungen im Alltag auch noch gesund zu ernähren?

In diesem gut 60 Minuten Vortrag, geht es um kurze und einfache Impulse, die Sie dabei unterstützen Ihre eigene Ernährungslösung für einen schmackhaften, gesunden und leistungsstarken Alltag zu finden.

