



„Nichts wird die Chance auf ein Überleben auf der Erde so steigern wie der Schritt zur vegetarischen Ernährung.“

Albert Einstein (1879-1955)

Austausch, Fakten, Aktionen, Themen

Wir sind eine Gruppe von Vegetariern, Veganern, Flexitariern und solchen die es werden wollen. Wir diskutieren über allgemeine Themen aus verschiedenen Bereichen, thematisieren worauf es bei der Nahrungsumstellung ankommt, verlässlich aus konfliktfreien Quellen, von Unwahrheiten und widersprüchlichen Aussagen über das fleischlose Leben. Fachliche Unterstützung bekommen wir durch erfahrene zertifizierte Ernährungs- und Gesundheitsberaterinnen. Wir tauschen Erfahrungen und Rezepte aus. Wir stellen auch gern ein kleines Buffet zusammen, dafür bringt jeder eine Kleinigkeit mit und der Genuss wird gemeinsam geteilt. Was sich sonst noch aus unserer Gemeinschaft entwickeln wird, bleibt spannend!

Wir treffen uns im II. Halbjahr 2018 wie folgt bei Cordula Alsdorf - Aerzen, Reherweg 3:

Samstag, 07.07. 10.00 - 13.00 Uhr
Thema: **Gesundes Frühstück** (bei schönem Wetter im Garten)

Donnerstag, 13.09. 18.00 - 21.00 Uhr
Thema: **Über die Wichtigkeit** von Vollgetreide

Donnerstag, 15.11. 18.00 - 21.00 Uhr
Thema: **Rheumatische Erkrankungen** durch Ernährung lindern

Eine Anmeldung ist aus Platzgründen unbedingt erforderlich!

Kontaktdaten: Naturheilverein Weserbergland e.V.

Klußfeld 17, 31789 Hameln. Tel.: 05151-1060026, info@naturheilverein-weserbergland.de