

Gesundes Genießen vorgestellt

Naturheilverein Weserbergland informierte im Hefehof

Hameln (git). Nicht jeder Besucher war mit so viel Zeitpotenzial wie Werner und Elvira Koegel zum dritten Aktionstag der Naturheilkunde gekommen. Das Ehepaar hatte ihren Samstag von zehn bis 16 Uhr komplett der Gesundheitsinformation verschrieben. Insgesamt informierten sich rund 500 Besucher in der Shoppingmall des Hefehofs über gesunde Ernährung und Naturheilkunde. Die Botschaft des Organisations, des „Naturheilvereins Weserbergland e.V.“ war deutlich formuliert: Der Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit sollte plausibel gemacht werden. Nach dem Vortrag der Ökotrophologin Cornelia Schönbrodt aus Berlin zum Thema „Ist Bio wirklich besser?“ folgte der Kostvergleich von Bio-Joghurt und herkömmlichem Joghurt. Dabei

schnitten die Männer beim Erkennen nicht so gut ab. Im Programm des Naturheilvereins wurden neben dem Thema Biokost sieben weitere kostenlose Vorträge zu den Themen Cholesterinspiegel, Wasser als Lebensmittel Nr. 1, Achtsamkeit und Ernährung, die Wirkung der Ernährung auf die Darmflora, Brot, vegetarisch leben und artgerechte Ernährung von Hund und Katze angeboten.

Die Bäckerei Wegener hatte eine Kräuterkruste zum

Verkosten kreiert. Und was aufs Brot so alles als Alternativbelag zur herkömmlichen Wurst gelegt werden könnte, boten Mitglieder des Naturheilvereins und der Bioladen an. Das Bistro Purpur hatte an diesem Tag vegetarische Aktionsgerichte zusammengestellt. Die Ausstellungen zum Thema „Fabrikzucker“ von den Ernährungsberaterinnen Karin Holste und „Ernährung und Klimaschutz“ von Ute Mühlbauer rundeten das Angebot ab.

**Informationen zum Thema Ernährung und Gesundheit bot der Naturheilverein Weserbergland im Hefehof an.
Foto: git**



WIR VON HIER DO 04.11.10