

Aktiv Health – Ernährungsberatung

Die Vorträge sind für Mitglieder und Interessierte kostenlos und finden jeweils an jedem ersten Dienstag des Monats um 19.30 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vortragsthemen und Termine 2010:

Monat	Thema	Termin
Februar:	VITALSTOFFE	02.02., 19.30 Uhr
März:	Wechselspiel ERNÄHRUNG – LEISTUNG	02.03., 19.30 Uhr
April:	Welche DIÄT wann?	06.04., 19.30 Uhr
Mai:	Gesundes FASTFOOD heute	04.05., 19.30 Uhr
Juni:	Ernährung in Jugend, Hochleistungsphase und Alter	01.06., 19.30 Uhr
Juli:	Ferienpause	
August:	Ferienpause	
September:	Krankhaftes Ernährungsverhalten	07.09., 19.30 Uhr
Oktober:	Fette + Öle	05.10., 19.30 Uhr
November:	Ernährung als Genuss ohne Reue	02.11., 19.30 Uhr
Dezember:	Fertigprodukte als Gesundheitsrisiko	07.12., 19.30 Uhr