



Anna Maria Gsöllpointner
Innovative Beratung – Training

KOMPETENZSCHMIEDE

Einladung zum Impuls-Workshop aus unserem Projekt

„G´ sund bleib´ n & Selbstheilungskräfte stärken“

Ernährung im Wandel der Zeit

- Ernährungsgeschichtliches
- Grund -Basis -Wissen:
Vor- und Nachteile von industriell verarbeiteten Lebensmittel
- Quintessenz & Nutzen: Alltagstaugliche Ansätze für die heutige Zeit
- Erkenntnisse & Abschluss: Zucker und Getränke“ experimentelles bewusst machen!

Zusätzliche Themen für Impulsworkshops zum Thema Ernährung:

1. „Mit gesundem Darm lebt es sich besser“
2. „Aufräumen, mit der Angst vor Fetten“
3. „Lichtblicke, in der Informationsflut der Ernährungstipps“
4. „Genussvoll essen und Wohlfühlen“

-
- Termin:** jeweils Freitag am 27. Juli und 28. September 2018
von 17:00 -19:00 Uhr
- WS-Impulsgeberin:** **Karina Kreutler**, Lebensberaterin & Ernährungstrainerin
- Unkostenbeitrag:** € 14,-- sind bei Anmeldung direkt auf:
BAWAG PSK Konto von Fr. Kreutler:
AT10 1400 0479 1061 5374 zu überweisen
- Ort:** Seminarhaus bei der Evangelischen Kirche, 4050 Traun,
Dr. Knechtlstraße 31, im 2. Stock
- Anmeldung:** mindestens 10 Tage vor Workshop-Termin
telefonisch bei Karina Kreutler, Tel.: 0676/55 80 846
oder schriftlich unter: www.kompetenzschmiede.at,