KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

Ernährung für ein gesundes Herz

Vortrag

Di 24.09.2024, 14.00 Uhr

Mit einer ausgewogenen Ernährung stärken Sie Herz und Gefäße. Eine besondere Rolle spielt dabei der bewusste Einsatz von Fetten und Ölen. Doch welche Fette sind günstig/ungünstig? Was ist der Unterschied zwischen raffinierten und nativen Ölen? Und was gehört sonst noch zu einem "herzgesunden Lebensstil" dazu? Dies und mehr erfahren Sie bei diesem Angebot

Ort
Hutthurm, Pfarrheim

Mitveranstalter
Seniorenclub

Referentin
Eva-Maria Lepsik

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2024-08-28 09:56:47

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de

www.keb-passau.de