

# Einladung zum Informations-Abend

**Referentin:** **Claudia Stocker**  
Med. gepr. Ernährungsberaterin  
Jin Shin Jyutsu / Personenzentrierte Beraterin GWG



**Wann:** **Mo. 14. Januar 2019, 20:00 Uhr**

**Wo:** **Atelier apfelglück.ch**  
Eingang hinter dem Haus  
Hauptstrasse 1  
**5273 Oberhofen AG**



**Dauer:** **ca. 1 Stunde**

## Vorbeugen statt reparieren

- Die Grundlagen der Ernährung
- Nährstoffbedarf im Alltag und im Sport
- Wie beuge ich Zivilisationskrankheiten vor
- Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungen
- Die Bedeutung des idealen Gewichts für unsere Gesundheit



## Offener Gesprächsaustausch rund um die Gesundheit

**Gastgeberin:** **Rosmarie Müller**  
Ernährungs- und Gesundheitsberatung / Kursleiterin

### Bitte beachten Sie:

Platzzahl beschränkt! →→ **Ich freue mich auf Ihre Anmeldung.**

E-Mail: [info@apfelglueck.ch](mailto:info@apfelglueck.ch) oder SMS 079 441 86 08, Rosmarie Müller, 5273 Oberhofen

Eintritt frei