



Gesundheit  
ist nicht alles,  
aber ohne  
Gesundheit  
ist alles  
nichts.  
[Arthur Schopenhauer]

## EINLADUNG zum INFO ABEND

# Gesundheit & Lifestyle

- + Stellenwert von Obst und Gemüse in der Gesundheitsprävention
- + Wie kann ich meine Ernährung im Alltag einfach optimieren
- + Hohe Vitalität und gute Lebensqualität langfristig halten
- + Sekundäre Pflanzenstoffe - die Vitamine des 21. Jahrhunderts
- + Wie schaffen wir eine Brücke zwischen dem, was wir täglich essen und dem, was wir tatsächlich essen sollten?

### Unser Konzept + Visionen



**Claudia Peter** IMD  
Drogistin &  
Gesundheitsberatung



**Paul Rügsegger** PMD

**Donnerstag 24. Mai 2018 19.30 Uhr** Restaurant  
**Pantheon Basel** Hofackerstrasse 72 4132 Muttenz

Eintritt: CHF 10.-

Anmeldung erforderlich direkt bei: [info@apfelglueck.ch](mailto:info@apfelglueck.ch)

**Gastgeberin:** Rosmarie Müller, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin