

# Veranstaltungsprogramm



Unternehmerinnenforum  
Castrop-Rauxel e.V.

## Vollwert-Ernährung heute

### Inhalt:

Wie sollte heute eine gesunde, ausgewogene und vollwertige Ernährung aussehen? Können wir uns auf unsere Lebensmittel verlassen? Und ist die Bio-Ware vom Discounter genauso gut wie die Ware aus dem Bio-Laden? Die meisten Menschen sind verunsichert, wenn es um ihre Ernährung geht. Ständig werden in den Medien neue Trends angepriesen, die Lebensmittel werden mit Vitaminen, Mineralien und Omega-3-Fetten angereichert, simples Wasser reicht nicht mehr ...

### Referentin: Andrea Heller

Andrea Heller ist seit 2005 freiberuflich als Ernährungsberaterin tätig. Regelmäßige Fortbildungen garantieren kompetente Betreuung und professionelle Unterstützung nach den neuesten Erkenntnissen. Essen ist für sie sprichwörtliche Lebensqualität, Gesundheit ist für sie Berufung. Mehr Infos auf [www.essen-mit-spass.de](http://www.essen-mit-spass.de)



Datum:	24. Februar 2011
Ort:	Dieze, Erinstraße 6, 44575 Castrop-Rauxel
Zeit:	19:30 - 22:00 Uhr
Kosten:	Mitglieder frei Gäste 15 Euro
Kontakt:	Birgit Schultz (2. Vorsitzende) 02305 / 973 299 <a href="mailto:bs@rat-und-tat-marketing.de">bs@rat-und-tat-marketing.de</a>