



Fritigs-Träff

«Der Mensch ist
was er isst ...»

(Ludwig Feuerbach)

Vortrag von
Jerry P. Miszak



Freitag, 4. Mai 2018, 14:00 Uhr, ref. Kirchgemeindegemeinschaftszentrum, Üdiker-Huus, 1. Stock, Zürcherstrasse 61

- Osteoporose
- Säure-Base-Haushalt
- Rheuma
- Diabetes

... wussten Sie, dass wir mit der Ernährung gegen diese Beschwerden angehen können? Jedoch wird die Umsetzung im Alter zunehmend erschwert durch die Veränderung der Geschmacksneven, eine Verlangsamung des Magen-Darm-Traktes und die Lust am Kochen. Was zu einer Mangelernährung führen kann.

Herr Miszak zeigt uns Möglichkeiten auf wie wir diesem Missstand entgegen wirken können.

Nach soviel «Essen» knurrt uns bestimmt der Bauch, damit wir uns einer kleinen Sünde hingeben können.

Martina Oetiker und Freiwillig Mitarbeitende freuen sich auf viele Gäste.