



Bildungsausschuss
Villnöß



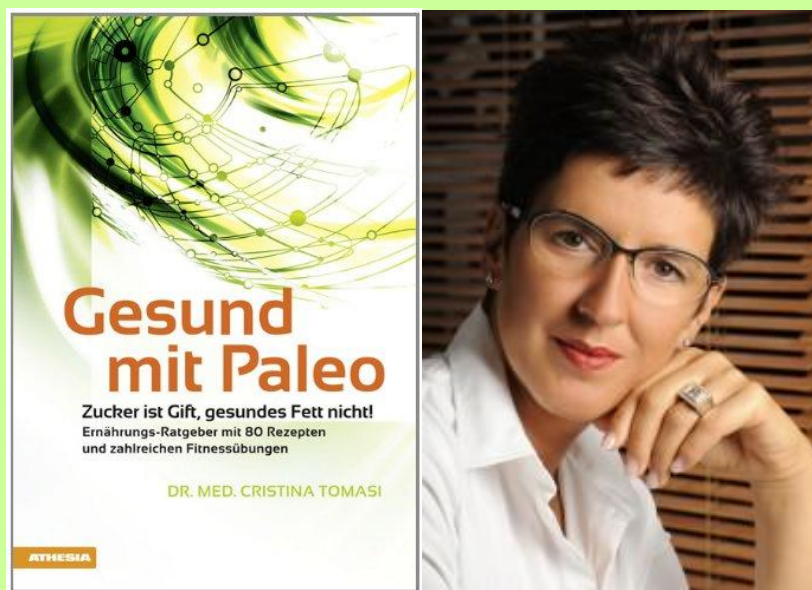
BUCHVORSTELLUNG UND VORTRAG

„GESUND MIT PALEO“

Zucker ist Gift, gesundes Fett nicht!

mit **Dr. Christina Tomasi**

am Montag, 26. Mai 2014
um 20.00 Uhr in der Feuerwehrrhalle von St. Peter



Was hat die Ernährung in der Steinzeit mit unserer heutigen Gesundheit zu tun? Sehr viel, denn die Steinzeitvölker ernährten sich gesund. Die heutige Ernährung hingegen, mit industriell hergestellten und manipulierten Lebensmitteln und Fertiggerichten ist die Ursache vieler Zivilisationskrankheiten. Die Fachärztin für innere Medizin, Dr. Christina Tomasi, zeigt auf, warum viele Produkte aus dem Supermarkt schädlich sind und gibt Tipps, wie man sich trotzdem gesund ernähren kann.