



Bildungsausschuss
Tscherm's

Darm und Gesundheit

Vortrag mit
Dr. Zita Marsoner Staffler

Apotheke Mariahilf Lana/Tscherm's

am Mittwoch, den 26. Jänner 2022
um 19.30 Uhr
im Pfarrsaal von Tscherm's

Der Darm ist nicht nur ein wichtiges Verdauungsorgan, sondern das Zentrum für unsere physische und psychische Gesundheit und das Immunsystem. Was ist gesund für den Darm, wie ist die Darmflora aufgebaut, welches sind die wichtigsten Darmbeschwerden und ihre Behandlung und wie ist die richtige Ernährung? Besonders berücksichtigt wird die Verbindung zwischen Verdauungstrakt und Nervensystem.

*Auf Ihr Kommen
freut sich der
Bildungsausschuss Tscherm's*

Die Teilnahme zur Veranstaltung findet unter Einhaltung der geltenden Covid-19 Bestimmungen statt.

ONLINE KOCHWORKSHOP
MIT DER AKTIVISTIN MAGDALENA GSCHNITZER
Kochen für eine bessere Welt!

WORKSHOP ZU VEGANER ERNÄHRUNG
Termin: Freitag, 14.01.2022
Uhrzeit: 18:00 Uhr- 20:30 Uhr

Kaum eine Handlung hat so weitreichende Konsequenzen wie unsere tägliche Ernährung. Wovon wir uns ernähren, kann die Welt entweder zerstören oder erhalten. Wir haben die Chance mit Messer und Gabel eine Stimme abzugeben und das drei Mal täglich. Diese Chance kann jede*r von uns nutzen.

Am 14. Jänner 2022 wird die Umweltaktivistin Magdalena Gschnitzer einen Online Workshop zu rein pflanzlicher Ernährung halten. Darin kochen wir gemeinsam ein veganes Menü und werden sehen, dass eine pflanzliche Kost nicht nur umweltschonend ist, sondern auch einfach und lecker.

**Anmeldung bis Dienstag, 11.01.2022 bei:
Roswitha Huber, Handynummer: +39 3337215291**

Nach der Anmeldung werden Ihnen der Link mit den Zugangsdaten und eine Liste mit den benötigten Zutaten und weiteren wichtigen Informationen zugesendet.

**Auf Ihre Teilnahme freut sich
der Bildungsausschuss Tscherm's.**

Während des Kochens gibt uns Maggy auch viele Tipps über die Verwendung pflanzlicher Produkte und natürlich dürfen alle Fragen dazu gestellt werden.

Lasst uns gemeinsam kochen für eine bessere Welt und zugleich einen schönen Abend miteinander verbringen.