



# Einladung zum Informations-Abend in Göttingen/Schweiz

Referentin: Eva Lisch , Ernährungscoach  
Sportwissenschaftlerin

Wann: **Dienstag , 5. Oktober 2010**

Wo: Hotel Seemöwe  
Hauptstrasse 54  
8594 Göttingen

Beginn: **19.45 Uhr bis 20.45 Uhr**

Gastgeber: Gabriel Bättig, Unternehmer

---

## Themenbereiche

- Die Grundlagen der Ernährung.
- Vorbeugung als Chance für Lebensqualität.
- Mangelernährung in der Überflussgesellschaft.
- Wie esse ich mich gesund?
- Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungen.
- Freie Radikale und ihre Bedeutung auf den Alterungsprozess
- Ist Nahrungsergänzung sinnvoll und wenn ja, - welche ?

## Bitte beachten Sie

Unkostenbeitrag für den Abend: Fr. 5.- pro Person

