



Herzgesunde Ernährung

15.04.2013

Vortrag mit praktischen Küchentipps in Rathenow

Die zweite Veranstaltung der gemeinsamen Fortbildungsreihe - Titel: "Gesundheitswissen rezeptfrei" - veranstaltet die Volkshochschule Havelland zusammen mit den Havelland Kliniken in Rathenow. Die Ärztin Dr. Ursula Schyma-Dannenberg und Diätassistentin Sandra Werschin geben praktische Tipps zur "Herzgesunden Ernährung".

Durch eine ausgewogene Ernährung kann viel für ein gesundes Herz getan werden. Dass dies nicht heißen muss, alles Leckere zu verbieten, wird in dieser Veranstaltung gezeigt. Neben medizinischen Informationen geben die Expertinnen Tipps für die häusliche Küche. Wenn dann noch Bewegung Teil des Alltags wird, stehen die Chancen gut für die Herzgesundheit. Der Vortrag findet statt am:

**Mittwoch, dem 17. April 2013
von 18 bis 20 Uhr
in der Volkshochschule
Bammer Landstr. 10, Raum 309 (2.OG).**

Die Teilnahme ist kostenlos. Gebeten wird um vorherige telefonische Anmeldung unter 03385 551 7331 oder per Mail an vhs-rn@havelland.de.

[Zurück](#)