



in der Seelsorgeeinheit St. Josef Starzach

## Einladung

Der Pastorale Ausschuss "ERWACHSENENBILDUNG"

lädt recht herzlich zu dem **VORTRAG**

# ***Stoffwechselfgerechte Ernährung und Gewichtsregulierung***

**mit Frau Andrea Rosa Simma, Ernährungs-  
und Gesundheitsberaterin am  
Mittwoch, den 13.11.19 um 20.00 Uhr  
(bis ca. 21.45 Uhr) ins Kirchenhäusle in Starzach-  
Sulzau ein!**

Dieser Workshop vermittelt das Neueste über stoffwechselfgerechte Ernährung und Gewichtsregulierung. Sie entdecken die Fähigkeit, Ihren Ernährungsalltag verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten und erlernen die wohltuende Bauchselbstmassage. Der Eintritt ist frei und es ist keine Anmeldung erforderlich.

Nähere Infos bei der Vertreterin im PA "Erwachsenenbildung"  
für Sulzau: Frau Andrea Kienzle, Tel. 07472/ 4 21 61.