

Mit einem guten Gefühl in den Frühling

...so hieß das Motto am 14.04.2016 in der Sonnenapotheke Großräschen. Frau Nowotnick, staatlich geprüfte Diätassistentin gab Einblicke in die gesunde Ernährung und informierte über Inhalte und deren versteckten Hinweise auf den Produktpackungen. Was ist wichtig beim Einkauf verschiedener Lebensmittel um einer gesunden Ernährung beitragen? Wie wirkt sich diese auf meinen Körper aus und welche Kräuter beinhalten wichtige Vitamin? So die Fragen der zahlreich erschienenen Mitglieder von den SGH aus den Landkreis OSL. Am Ende dieser sehr interessanten Veranstaltung, konnten wir uns alle bei der Verkostung verschiedenen gesunden Brotaufstrichen überzeugen, dass diese auch lecker schmecken können.



Guten Appetit

