

Die  **AWO** lädt ein:



**Vortrag:**

# IMMUNFIT NACH DER KRISE

3 Jahre nach der Corona-Pandemie braucht der Körper eine naturbelassene Ernährung, Ballaststoffe, Mehr- und Vollkornprodukte, um wieder fit zu werden.

Frau Angela Göltzsch (Dipl. Oecotrophologin) gibt wertvolle Informationen zu dem Thema. Ein kleiner gesunder Snack rundet den Vortrag ab.

## Wann?

29.03.2023,  
15.00 bis 17.00  
Uhr

## Wo?

AWO Begegnungsstätte,  
Im Sportpark 5, Wanne-Süd

## Anmeldung:

Ulrike Gaus  
Tel. 02323- 9524-10  
[herne@awo-ruhr-mitte.de](mailto:herne@awo-ruhr-mitte.de)

gefördert durch:

 **KNAPPSCHAFT**  
für meine Gesundheit!

 **AOK**  
Die Gesundheitskasse.

 **SVLFG**  
Landwirtschaftliche  
Krankenkasse



 **IKK classic**

 **vdek**  
Die Ersatzkassen