



Fett und Cholesterin – nur leise Übeltäter?

AUS DER SERIE: „Kann man Gesundheit essen?“

WANN	Dienstag 15. Januar 2019 19.00 Uhr
WO	3210 Kerzers Arztpraxis Dr. Weisse Petersen Murtenstrasse 15
REFERENTIN	Edith Maier LLG-Gesundheitsberaterin
KOSTEN	Eintritt frei! Freiwilliger Unkostenbeitrag
INFO	Harald Weisse 031 755 62 62 tagsüber harald.weisse@llg.ch www.llg.ch



Fett und Cholesterin – nur leise Übeltäter?

Aus der Serie: „Kann man Gesundheit essen?“

Wir lesen von Gefässkillern, guten und schlechten Fetten, verbannen Eier aus unserer Küche, verlassen uns auf die neue kanadische „Affen-Diät“, die den Cholesterinspiegel senken soll und horten Becel-Margarine. Was steht denn bei Ihnen im Kühlschrank – Butter oder Margarine – und warum?

Erfahren Sie mehr über die Bedeutung von Ölen, Fetten und Cholesterin im Stoffwechsel, und lernen Sie ein paar Empfehlungen für cholesterinarme Ernährung im Alltag kennen.

Wie immer wollen die Themen aus der Serie „Kann man Gesundheit essen?“ zum Nachdenken anregen, langjährige Verhaltensweisen hinterfragen und praktische Alternativen aufzeigen.

WANN	Dienstag 15. Januar 2019 19.00 Uhr
WO	3210 Kerzers Praxis Dr. Weisse Petersen Murtenstrasse 15
REFERENTIN	Edith Maier LLG-Gesundheitsberaterin
KOSTEN	Eintritt frei! Freiwilliger Unkostenbeitrag
INFO	Harald Weisse 031 755 62 62 tagsüber harald.weisse@llg.ch www.llg.ch

IHRE GESUNDHEIT LIEGT UNS AM HERZEN!
LIGA LEBEN UND GESUNDHEIT

Verein zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung

