

# Vegetarismus/Veganismus

was ist wirklich zu beachten?

## NATURHEILKUNDE



Termine:

**Do. 23.05.2024**

**Fr. 24.05.2024**

jew. 10:00-16:00 Uhr

Preis:

**215,- Euro \***

**Paracelsus Schule  
Birlenbacher Hütte 4  
57078 Siegen**

Tel. 0271 - 771 11 01

Immer mehr Menschen stellen weltweit ihre Ernährung aus unterschiedlichen Gründen auf Vegetarismus um.

Ganz deutlich ist der Trend der Jugend zum Veganismus zu beobachten. Dabei stellen sich die Betroffenen, die Jugendlichen, deren Eltern und sogar Großeltern immer wieder wichtigen Fragen:

- Wie kann die Proteinzufuhr gedeckt werden?
- Was muss ich beachten, wenn ich Sport treibe?
- Fehlen wichtige Vitamine oder Mineralstoffe?
- Was kann ich essen?
- Wo finde ich Informationen und die besten Rezepte?

Wir besprechen im Kurs viele wichtige Details, die durch wissenschaftliche Erkenntnisse belegt sind.

Das gemeinsame Kochen wird viel Spaß und Erkenntnisse bringen.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen, Ernährungsberater/innen und beratend Tätige.

**Dozent/in Marion Nowak:** Jahrgang 1971, verheiratet und Mutter von drei Kindern. Frau Nowak absolvierte die Ausbildung zur ganzheitlichen Ernährungsberaterin, Entspannungstrainerin und Massagepraktikerin an der Paracelsus-Schule. Dem Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e. V. hat sie sich nach der Ausbildung zur Wellnesstrainerin angeschlossen. Einer ihrer Schwerpunkte liegt auf einer gesundheitsfördernden Ernährung. Sie ist heute in allen diesen Bereichen selbständig tätig.

Seminarnummer:

**SSH59230524**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

