

Wildkräuter

Naturschätze aus Wald, Wiese, Garten

am Dienstag

05.06.2018 um **19:00**

im **Rathaus Mainz, Jockel-Fuchs-Platz 1**

Vortrag von
Christiane Berger



Vitalstoffreiche, vollwertige Ernährung hat einen breiten Speiseplan, zu dessen Zutaten auch Wildkräuter gehören. Sie sind erstaunliche Kraftpakete, die die Sinne wecken, das Immunsystem auf Hochtouren bringen und Körper und Geist fit halten. Christiane Berger hat langjährige Erfahrung mit diesen leckeren Ergänzungen des Speisezettels, kennt Aussehen, Fundorte und Verwendungsmöglichkeiten von Kräutern, die wir Alle vermutlich schon einmal gesehen aber bislang nicht beachtet und gewürdigt haben.

Gesunde Ernährung ist nachhaltig

Tu' heute was für morgen

Das **Gesundheitsforum Mainz-Wiesbaden** ist ein Zusammenschluss von Personen, die sich mit der Auswirkung von Ernährung auf die Lebensqualität beschäftigen und durch Vorträge und Kurse die Möglichkeiten gesunder Lebensweise aufzeigen.

Email: info@gesundheitsforum-mainz-wiesbaden.de
Kontakt: Rainer Huthmann, Tel.: 0163/6375661
pr@gesundheitsforum-mainz-wiesbaden.de
Homepage: www.gfmw.net

Im **Arbeitskreis Gesundheit und Ernährung** der lokalen AGENDA 21 Mainz sind Gruppen vertreten, die die Ziele der Agenda 21 in ihrer Arbeit im Bereich Gesundheit und Ernährung umsetzen.

Kontakt: Silke Schlütter genannt Neuhaus
Tel.: 06144 / 413 06

Homepage: www.agenda21-mainz.de