

KLINIKSPRECHER

Axel Dittmar

Teutoburger Str. 50 33604 Bielefeld

Telefon: 05 21.5 81 - 20 81

Telefax: 05 21.5 81 - 20 93

axel.dittmar@linikumbielefeld.de

www.klinikumbielefeld.de

Informationen

Datum Mittwoch, 16. September 2009

Vortragsreihe Ernährung und Gesundheit: Abnehmen durch gesunde Ernährung und Bewegung

Ernährung und Bewegung sind zwei wichtige Grundlagen einer gesundheitsbewussten Lebensführung. Beide sollten in den einzelnen Lebensabschnitten sorgfältig beachtet werden. Vielfach können Ernährungsfehler mit einem ausgearbeiteten und gezieltem Aktivprogramm ausgeglichen oder revidiert werden. Wie beispielsweise Übergewicht, erhöhte Blutfett- und Harnsäurewerte, Diabetes oder Bluthochdruck. Gemeinsam werden der diätetisch geschulte Küchenmeister, Klaus-Wilfried Meyer, und der Leiter der Physiotherapie, Harald Künstler, in dem Vortrag informieren, was erreicht werden kann, wenn Ernährung und Bewegung in den Tagesablauf integriert sind. Mit Tipps, für die praktische Umsetzung werden beide Referenten sich ergänzen.

Klaus-Wilfried Meyer

Küchenmeister, diätetisch geschult DGE, Ernährungstherapie am Mittwoch, 23.09.2009, 15:00 Uhr

Seminarraum 2, Ebene E

(Flur neben der Information)

Der Eintritt ist kostenlos.

