



Vegan: gesund und lecker!

-Welche Lebensmittel stehen mir zur Verfügung? –

Nach einem vegan zubereiteten späten Frühstück gibt es einen Vortrag über die Bedeutung der veganen Ernährung: Welchen Nutzen hat diese Ernährungsform in der Prävention oder bei bestehenden Krankheiten.

Lassen Sie sich bei dem gemeinsamen Kochen durch leckere Gerichte überraschen und genießen Sie anschließend die leckeren Speisen!

Wann: Samstag, den 19.11.2016 von 11:00 – 16:30 Uhr

Ort: Demeter Obsthof Augustin, DenkMal, Klein Hove
21, 21635 Jork

Kosten: € 85,00 pro Person, inkl. Getränken und
Lebensmitteln in BioQualität

Anmeldung: [Ulrike.Martwich\(at\)web.de](mailto:Ulrike.Martwich@web.de) oder per Telefon
04162-5504

