



GESUNDHEITSVORSORGE

eine Veranstaltungsreihe der Praxis Kuschick

Neben der Behandlung von Erkrankungen und Beschwerden bei Patienten sehen wir es als elementare ärztliche Aufgabe an, deren Entstehung vorzubeugen. In vielen Gesprächen mit unseren Patienten sehen wir großes Interesse an dieser Form der Vorsorge, auch manche Bemühungen, aber oft fehlt Klarheit, weil so viele widersprüchliche Informationen kursieren.

Um an dieser Stelle Anregungen und Hilfestellungen geben zu können, haben wir uns entschlossen, eine Reihe von Informationsveranstaltungen anzubieten, die jeweils ein Thema in den Fokus nehmen, dazu Informationen vermitteln, einen Raum zum Erfahrungsaustausch und die Möglichkeit zur Beantwortung von Fragen bieten.

Der zweite Abend soll die Frage behandeln: **was ist eigentlich eine gesunde Ernährung?** Auch dabei gibt es so viele unterschiedliche Stimmen und Meinungen, dass uns oft Verwirrung und Missverständnisse begegnen. Hier soll eine klare Einordnung und Orientierung gegeben werden. Folgende Gesichtspunkte kommen hierbei zur Sprache:

- Welche Begriffe und Bezeichnungen werden gebraucht, was sagen sie aus und was nicht?
- Viele Aussagen stehen scheinbar gleichwertig nebeneinander – aber was ist wesentlich und wichtig?
- Wie ist der Nährstoffbedarf des Menschen? Wo gibt es individuelle Besonderheiten?
- Welche Nährstoffe sind in welchen Nahrungsmitteln?
- Und vor allem: wie ist die praktische Umsetzung?

Wir laden ein zu einem Abend in unserer Praxis

am **Donnerstag, den 26. März um 19:00 Uhr**. Bitte melden Sie sich vorher an (telefonisch oder per Mail – siehe unten), da das Platzangebot begrenzt ist.

Wir möchten, dass Jede/r sich dieses Angebot leisten kann: Kostenbeitrag € 10,--

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!