



ERNÄHRUNGSKURS:

KNOCHENGESUND ESSEN – OSTEOPOROSE VORBEUGEN

DER PRÄVENTIONSKURS IST BEI DER ZENTRALEN PRÜFSTELLE (ZPP) REGISTRIERT

Osteoporose ist eine sehr häufige Erkrankung:

- 7,8 Millionen Menschen in Deutschland sind betroffen
- Essen und trinken haben maßgeblichen Einfluss auf die Stabilität der Knochen und die Gesundheit des Körpers
- mit der richtigen Ernährung, Bewegung und Vitamin D können Sie in jedem Lebensalter aktiv werden gegen Osteoporose!

In diesem Kurs ...

- ... lernen Sie alle Aspekte einer gesunden Ernährung kennen
- ... erfahren Sie, was speziell die Gesundheit ihrer Knochen beeinflusst
- ... erfahren Sie, was speziell Ihre Calciumzufuhr anhand eines einfachen Esstagebuchs
- ... erfahren Sie, wie Sie gesundes Essen in den Alltag integrieren können

Kurse: Der Kurs beinhaltet 2 Kurseinheiten à 3 Stunden..

Kompaktkurs:

Mittwoch, 06.02.2019

15.00 -18.00 Uhr

Mittwoch, 20.02.2019

15.00 -18.00 Uhr

Veranstaltungsort:

In den Räumlichkeiten der Praxis Rechts vom Rhein,
Böckingstr. 54-56, 51063 Köln
Tel: 0221-977796-0, Fax: 0221-977796-29,
Mail: infopraxis-rechts-vom-rhein.com

Kursleitung: Diplom Oecotrophologin Karina Jaspert, VDOe zertifiziert

Kursgebühr: 129,00 €

Anmeldung: hier in der Praxis

Die Präventionskurse werden von den Krankenkassen nach § 20 SGB V bezuschusst.
Fragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse nach.

Eine Bezuschussung der gesetzlichen Krankenkasse wird nur gewährt, wer 80 % des Kurses belegt.

Praxis für Ernährungsberatung | Ernährungstherapie Karina Jaspert

Diplom Oecotrophologin, VDOe zertifiziert

Maternusstraße 8 -10 | 50996 Köln | Tel: 0221|34 009 66

jaspert-oecotrophologie.koeln | info@jaspert-oecotrophologie.koeln



karina jaspert
oecotrophologie