



RUND UMS THEMA ERNÄHRUNG - MYTHEN UND EMPFEHLUNGEN, MIT DORIS ZELLER

Donnerstag, 27. Juni 2024, im Bärüf-Träff in Visp

18.30 Uhr

Themenanlass: Rund ums Thema Ernährung - Mythen und Empfehlungen, mit Doris Zeller

Anschliessend

Gemütlicher Austausch während eines kleinen Apéros

«Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.» - Winston Churchill

Essen und Trinken ist für viele Menschen etwas Schönes und Geselliges. Bei einer Krebsdiagnose kann sich dies unter Umständen ändern und man macht sich verschiedene Gedanken zu der eigenen Ernährung. Durch Recherchen und Gespräche können Ernährungsmythen vermehrt auftauchen. Klar ist, dass eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Basis für das Wohlbefinden ist. Doch was ist eine ausgewogene Ernährung? Doris Zeller ist Ernährungsberaterin im Spitalzentrum Oberwallis. Sie wird uns an diesem Abend über die verschiedenen Mythen aufklären und Empfehlungen für eine gesunde Ernährung aufzeigen.

Erfahre mehr über eine ausgewogene Ernährung. Wir freuen uns auf dich!