



Vortragsserie zum Thema Gesundheit:

Donnerstag
12 Februar 2026
18 Uhr
Pfarrsaal Kitzeck



FETTE ODER KOHLEHYDRATE

Wovon nimmt man wirklich zu?

ANTWORTEN AUF FRAGEN WIE:

- Was schadet der Gesundheit mehr: Fette oder Kohlehydrate?
- Nehmen wir vom Fett besonders zu?
- Gibt es unterschiedliche Fette und Kohlehydrate?
- Wie ernähre ich mich dann "richtig"?



Vortrag mit dem
ganzheitlichem
Gesundheitscoach
Sascha Pölzl

KOSTENLOS!