

# GESUND MIT FETT

## WIRKUNG VON FETTSÄUREN AUF UNSERE GESUNDHEIT

**Kostenloser Vortrag Do 8. Juli 19-20:30 Uhr**

### **Wussten Sie,**

- dass ein Großteil unseres Gehirns aus Omega 3 Fettsäuren besteht?
- dass wir in unserer Ernährung zu viel entzündungsförderndes Omega 6 Öl haben?
- dass Omega 3 Herzinfarkt & Schlaganfall Risiko senkt?
- dass Lein- & Hanföl und Nüsse nicht ausreichen, um einen idealen Omega 3 Fettsäurestatus zu bekommen?

Schwerpunkt dieses Vortrags werden die Fettsäuren Omega 9, Omega 6 und vor allem Omega 3 sein. Außerdem VERKOSTUNG Omega 3 Öl 😊

## **GESUNDE ZELLEN\*GESUNDE GEFÄSSE\*GESUNDES HERZ**

**Veranstaltungsort:** Seminarraum Melarium [www.apis-z.at](http://www.apis-z.at),  
Wasserzeile 13, 3400 Klosterneuburg

### **Bitte um VERBINDLICHE Anmeldung:**

(beschränkte Teilnehmerzahl, Corona-Hygiene-Vorschriften werden eingehalten)

**Lisa Gibon: [info@lisagibon.com](mailto:info@lisagibon.com) / 0664 6628794**

**Katharina Wogrolly: [kaywog@gmail.com](mailto:kaywog@gmail.com) / 0699 14209122**