

# „Gesund bleiben mit Ernährung“

Das Netzwerk „Ganzheitlich gesund“ mit einem Vortragsabend rund um „Ernährung“

**Siegburg (dwo).** Traditionelle Heilverfahren, insbesondere die Einbeziehung der Natur, fristen im Angesicht der allgemeinen Schulmedizin immer noch ein Schattendasein. Zum Wohle des Patienten ist es jedoch wichtig, über den Tellerrand hinauszuschauen und den Menschen zusätzliche Optionen zur Genesung aufzuzeigen. Deshalb hat sich unter dem Namen „Ganzheitlich gesund Rhein-Sieg“ ein Netzwerk aus Apothekern, Ärzten, Heilpraktikern und Psychotherapeuten gegründet, das sich zur Aufgabe gemacht hat, verschiedene Perspektiven der Heilungsmöglichkeiten zu betrachten, voneinander zu lernen und vor allem, den Mensch in den Mittelpunkt zu stellen.

Um die Gesundheit zu bewahren, ist Bewegung und die richtige Ernährung von großer Bedeutung. Deshalb beschäftigt sich das Netzwerk „Ganzheitlich gesund Rhein-Sieg“ am Dienstag, den 10. April, mit dem Thema „Gesund bleiben mit Ernährung“. In Kurzvorträgen werden sechs Mitglieder des Netzwerkes verschiedene Gesichtspunkte darlegen. Der Arzt Christian Gebhardt spricht über die Grundlagen, warum sich jeder bewusst ernähren sollte, während Nicole Krämer über „Typgerechte Ayurvedaernährung“ referiert.



■ Die Apotheker Raimund Löffelholz und Marc Rimmel sowie Christian Gebhardt, Facharzt für Allgemeinmedizin, sind Teil des Netzwerkes „Ganzheitlich gesund Rhein-Sieg“.

Foto: Woiciech

Die Ernährungsberaterin ist neu im Netzwerk und erläutert präzise, dass die richtige Wahl beim Essen, von Faktoren wie Körperbau, Charakter und Jahreszeiten abhängt. Die Apotheker Raimund Löffelholz und Marc Rimmel dokumentieren, wie Arzneimittel zu Nährstoffräubern werden können und wie man dem entgegenwirken kann. Heilpraktikerin Monika Mentges geht auf „Psychoernährung“ ein, während Vera Weinert-Pflugbeil „Heilpflanzen und Entgiftung“ in den Fokus rückt. „Alle Referenten präsentieren ihre Beiträge gut verständlich, mit vielen

Bildern und wenig Text.“ Im Rahmen der Veranstaltung findet außerdem eine „Brotverkostung“ mit Produkten der DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei aus Hennef statt. Beginn ist um 19 Uhr in den Räumen der Buchhandlung „R2“, Holzgasse 45. Ein kleiner Unkostenbeitrag von 5 Euro wird beim Eintritt erhoben.

Anmeldung bitte per E-Mail: [kontakt@ganzheitlich-rhein-sieg.de](mailto:kontakt@ganzheitlich-rhein-sieg.de) oder telefonisch in der Wilhelm-Apothek unter 02241-65950. Mehr Informationen im Internet [www.ganzheitlich-rhein-sieg.de](http://www.ganzheitlich-rhein-sieg.de)



**Ganzheitlich gesund**  
Rhein-Sieg

in den  
Räumen der  
Buchhandlung  
„R2“

**Vortrag: Gesund bleiben mit Ernährung**

Dienstag, den 10. April • 19.00 Uhr • Siegburg • Holzgasse 45