

Einladung zum Vortrag

„STRESS lass nach“ Anti-Stress-Strategien für Ihr Wohlbefinden!

Mag. Veronika Macek-Strokosch

Ernährungswissenschaftlerin, Dipl. TCM-Ernährungsberaterin

**Dienstag, 22. Oktober 2019
um 16:00 Uhr und 18:30Uhr**

im Österreichischen Pharma- und Drogistenmuseum,
1090 Wien, Währinger Straße 14,
Vortragsraum Erdgeschoß



Unsere **Ernährung** und die **Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)** bieten eine Vielzahl an Anti-Stress-Strategien für unseren Stoffwechsel!

Eine gezielte Auswahl an **Lebensmitteln, Kräutern und Vitalstoffen** hilft uns, unser Wohlbefinden in stressigen Zeiten zu erhalten.

Lernen Sie in diesem Vortrag unterschiedliche Anti-Stress-Maßnahmen kennen, die Sie sofort in Ihren Alltag umsetzen können.

Frau Mag. Veronika Macek-Strokosch leitet ihr Unternehmen Eat2day Ernährungsconsulting in Wien, hält viele Vorträge, ist im Bereich betrieblicher Gesundheitsförderung und Gemeinschaftsverpflegung tätig, unterrichtet an Schulen und bietet individuelle Ernährungsberatung im 7. Bezirk an. Weitere Infos unter www.eat2day.at.

Anmeldungen erbeten per E-Mail: drogistenmuseum@chello.at oder **telefonisch** unter (01) 512 62 29 - DI und DO, jeweils 8:30 - 12:30 Uhr.
Eintritt: EUR 7.-

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



www.drogistenmuseum.at



www.eat2day.at