

Schnelle Vollwertküche und Vortrag über Entschlackung

Wer schon immer wissen wollte, was es mit der Vollwerternährung auf sich hat, für den könnte der Kurs „Schnelle Vollwertküche mit Pfiff“ genau das Richtige sein. Am Mittwoch, 25. April, 19 Uhr, bietet die Volkshochschule Bretten einen Streifzug durch die Vielfalt der Vollwertküche an. Frische Salate, knackige Keimlinge, herzhafte Backlinge, leckere Brotaufstriche, Dipps, Feingebäck und vieles mehr können hier getestet werden. Der Kurs findet in der Küche der Grund- und Hauptschule Diedelsheim statt. Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich. Weitere Infos unter 07252 580890. „Gesundheit durch Entschlackung nach Jentschura“ lautet ein Vortrag, den die VHS am Donnerstag, 26. April, 19:30 Uhr, in ihrem Vortragssaal, Am Seedamm 8, veranstaltet. Die Dozentin, Sabine Fritz, ist Heilpraktikerin und wird darüber informieren, was man gegen Übersäuerung und Zivilisationskrankheiten tun kann. Nach Jentschura sind Schlacken „aus Säuren entstandene Salze, die der Körper aus organischen und anorganischen Säuren bildet, bzw. bilden muss, um nicht von diesen vergiftet zu werden.“ Dieser Vortrag will erste Einblicke in das Thema Säuren und Basen, sowie Entschlackung geben. Eine Anmeldung zum Vortrag ist nicht erforderlich. Der Eintritt beträgt 5 Euro an der Abendkasse.