



## VORTRAG

# **„Omega 3“ – unverzichtbar für unsere Gesundheit !**

**„Fettarm“ ist modern – doch sind die Fette wirklich so schlecht wie ihr Ruf?  
Oder gibt es auch „gute“ Fette, die wir für unsere Gesundheit dringend brauchen?**

Die Bedeutung mancher Nährstoffe, wie z.B. Vitamine (B-Vitamine, Vitamin D3,...) ist mittlerweile allgemein bekannt, die Bedeutung essentieller Fettsäuren für unsere Gesundheit ist hingegen noch weitgehend unbekannt.

- Warum wir Fettsäuren brauchen
- Die verschiedene Fettsäuren im Überblick
- Die richtige Balance der Fettsäuren macht's!
- Warum gerade „Omega 3“ ?
- Omega 3 und Polyphenole – eine sinnvolle Kombination
- Omega 3 – Bedeutung für die Mitochondrien
- Omega 3 als Nahrungsergänzung – Qualitätsmerkmale
- Das ZINZINO Balance – Konzept: Was es sonst noch braucht...



DI Gerald Kohl

**Freitag, 15.9.2017 19:00 Uhr**

**„Falknergwölb“**

**Fernbach 24, 4490 St. Florian**

*Unkostenbeitrag € 5,00*

*Achtung – Begrenzte Teilnehmerzahl!*

*Anmeldung bei Beate Falkner:*

[beatefalkner@gmx.net](mailto:beatefalkner@gmx.net)

0664/22 65 612



„Falknergwölb“

