



**Newsletter Oktober 2019**

Liebe Mitglieder, liebe Freunde,

wir laden Euch ganz herzlich zu einer weiteren Veranstaltung ein, die sich wunderbar in unser Jahresthema „Das Immunsystem verstehen“ einfügt.

Wie wichtig eine ausgewogene Ernährung für die Gesundheit und damit die Lebensqualität ist, beschäftigt uns längst alle. Ernährung und Ernährungsverhalten gehören zu den Säulen ganzheitlicher Betrachtung. Sie können unterstützend Selbstheilungskräfte mobilisieren und fördern, Wohlbefinden steigern, Mangelerscheinungen ausgleichen und damit geschwächte Körper stärken.

Frau Anne Bredefeldt, Zertifizierte Diätassistentin VDD und Heilpraktikerin für Psychotherapie, gibt eigens für unseren Verein eine Auftaktveranstaltung mit einem Überblick über ihre Tätigkeit zur Ernährungsberatung, Ernährungstherapie und psychologischer Beratung.

**29. Oktober 2019 \* ab 17 Uhr**  
**CAMINO**  
**Ernährungstherapie und Psychologische Beratung**  
**Schnickmannstraße 4 \* 18055 Rostock**

Gerne könnt Ihr Euch vorab auf ihrer Homepage [www.camino-weg.de](http://www.camino-weg.de) einen ersten Eindruck verschaffen.

Die Teilnehmerzahl für diese Veranstaltung ist begrenzt, daher habt bitte Verständnis, dass erst einmal Vereinsmitglieder untergebracht werden.

Wir bitten um Anmeldung per Mail [gemeinsam-mehr-mut@web.de](mailto:gemeinsam-mehr-mut@web.de) oder Telefon 01512-7150892 und freuen uns auf euer Kommen.

Herzliche Grüße  
Jacqueline Boulanger  
Vorsitzende  
Gemeinsam mehr Mut e.V.