



## Stadtbibliothek Guben: Lesereihe zum Thema Gesundheit

Viele nehmen sich zum Neujahrsanfang vor gesünder zu leben. Bei der Umsetzung dieses Neujahrsvorsatzes hilft Ihnen die kommende Lesereihe mit Katharina Fritzschka. Einmal monatlich jeweils um 17:00 Uhr wird sie ein Buch zum Thema Ernährung und Gesundheit vorstellen.

Unsere Lesereihe bietet eine Vielzahl von informativen Inhalten, die helfen ein besseres Verständnis für verschiedene Aspekte der Gesundheit zu entwickeln. Von Ernährungstipps bis hin zu mentaler Gesundheit - wir haben für jeden etwas dabei.

17.01.2024	Die AminoRevolution von Dr.med. Ulrich Strunz
15.02.2024	Basische Ernährung
13.03.2024	Gesund mit Darm von Prof.Dr. Michaela Gadermann
17.04.2024	Mein Darm ist kein Arsch von Philipp Stehler
15.05.2024	Darm an Hirn von Enck/Frieling/Schemann

**Lesung und Gespräch**  
mit Katharina Fritzschka

**Gut zu Wissen**

Mittwoch  
**17**  
JANUAR

**17:00**  
EINTRITT FREI

**@Stadtbibliothek Guben**  
Anmeldungen 03561 68712300

**Lesung und Gespräch**  
mit Katharina Fritzschka

**Gut zu Wissen**

Donnerstag  
**15**  
FEBRUAR

**Basische Ernährung**

**17:00**  
EINTRITT FREI

**@Stadtbibliothek Guben**  
Anmeldungen 03561 68712300

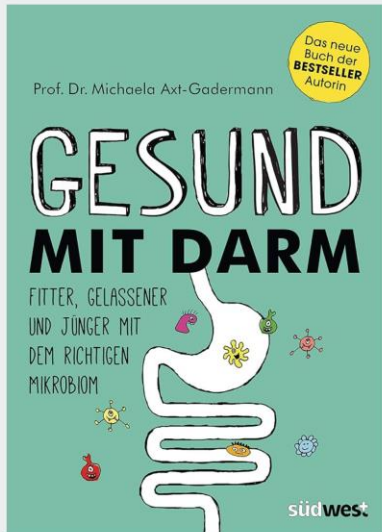
# Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzscha

Gut  
ZU  
Wissen

Mittwoch  
**13**  
MÄRZ

**17:00**  
EINTRITT FREI



**@Stadtbibliothek Guben**  
Anmeldungen 03561 68712300

# Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzscha

Gut  
ZU  
Wissen

Mittwoch  
**17**  
APRIL

**17:00**  
EINTRITT FREI



**@Stadtbibliothek Guben**  
Anmeldungen 03561 68712300

# Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzscha

Gut  
ZU  
Wissen

Mittwoch  
**15**  
MAI

**17:00**  
EINTRITT FREI



**@Stadtbibliothek Guben**  
Anmeldungen 03561 68712300