



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 Fritzscha. 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 Fritzscha

Gut zu Wissen

Mittwoch
17
JANUAR

17:00
EINTRITT FREI

@Stadtbibliothek Guben
Anmeldungen 03561 68712300

Lesung und Gespräch
mit Katharina Fritzscha

Gut zu Wissen

Donnerstag
15
FEBRUAR

Basische Ernährung

17:00
EINTRITT FREI

@Stadtbibliothek Guben
Anmeldungen 03561 68712300

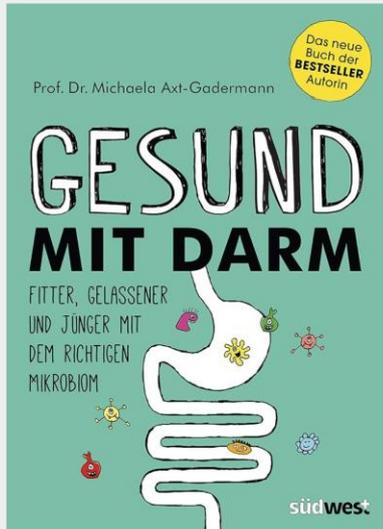
Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzschka

Gut
ZU
Wissen

Mittwoch
13
MÄRZ

17:00
EINTRITT FREI



@Stadtbibliothek Guben
Anmeldungen 03561 68712300

Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzschka

Gut
ZU
Wissen

Mittwoch
17
APRIL

17:00
EINTRITT FREI



@Stadtbibliothek Guben
Anmeldungen 03561 68712300

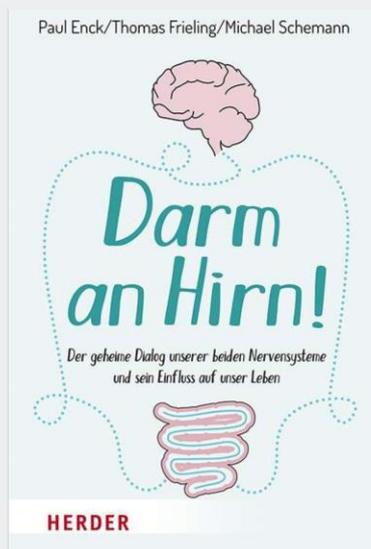
Lesung und Gespräch

mit Katharina Fritzschka

Gut
ZU
Wissen

Mittwoch
15
MAI

17:00
EINTRITT FREI



@Stadtbibliothek Guben
Anmeldungen 03561 68712300