

**kostenlos &  
informativ**

# Themenabende Ernährung

Ab **Januar 2023**,  
jeden **2. Dienstag** im Quartal  
von **19:00 bis 20:30 Uhr**.

**Vierteljährlicher Abendvortrag**  
zu wechselnden Ernährungsthemen  
(jeweils 60 Minuten Vortrag  
plus 30 Minuten Diskussion).

**Teilnahme nur mit Anmeldung\* per**  
E-Mail: [ernaehrung@reha-bad-hamm.de](mailto:ernaehrung@reha-bad-hamm.de)

\*Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

[www.reha-bad-hamm.de](http://www.reha-bad-hamm.de)  
Telefon: 02381/87115-0

**10. Januar 2023**

*Lactose, Fruktose, Sorbit  
Was kann ich bei  
Unverträglichkeit essen?*

(Fr. Hölscher; Diätassistentin)

**18. April 2023**

(Achtung 3. Dienstag im Quartal)  
*Herzgesunde Ernährung im Fokus*

(Fr. Hölscher; Diätassistentin)

**11. Juli 2023**

*Erkrankungen des  
Bewegungsapparates  
Begleitende Therapie  
durch Ernährung*

(Fr. Springsguth; Diätassistentin)

**10. Oktober 2023**

*Ernährung bei onkologischen  
Erkrankungen*

(Fr. Wollschläger; Diätassistentin Onkologie)

**Ihr Kompetenzzentrum  
in Hamm**

**Arthur-Dewitz-Straße 5  
59065 Hamm**

