

## Einladung „Med-Kitchen“

Nach einigen Jahren Pause freuen wir uns, im Zuge der Gesundheitsreihe die beliebte Veranstaltungsreihe „Med-Kitchen“ wieder ins Leben zu rufen. Med-Kitchen ist eine Kombination aus Fortbildung und Kochen mit dem Ziel einer bewussten Auseinandersetzung mit gesunder Ernährung. Den Startschuss macht das Thema Low-Carb: Nur ein Ernährungstrend oder steckt mehr dahinter? Markus Berndt beschäftigt sich seit über einem Jahrzehnt mit stoffwechsoptimierter Ernährung, mithilfe derer er sich selbst schon vor Jahren von seiner Diabetes Typ-2 Erkrankung befreit hat. Neben seiner Tätigkeit als Gesundheitspublizist und Kochbuch-Autor arbeitet er als Unternehmensberater für betriebliche Gesundheitsförderung. Er hält laufend Vorträge und bietet spezielle Urlaubsreisen und Seminare mit Kochkursen an. Aufgrund seiner revolutionären Lifestyle-Therapie „Diabetes Ade“ ist er gefragter Ansprechpartner, wenn es um Fragen einer stoffwechsoptimierten Kulinarik im Kampf gegen Zivilisationserkrankungen wie Diabetes Typ-2 geht.

Im Rahmen unserer Veranstaltungsreihe erfahren wir mehr über die Vorzüge der Low-Carb-Küche und können uns vor Ort selbst davon überzeugen lassen, wie schmackhaft diese Form der Ernährung sein kann.

**Wann:** Dienstag, 26. November 2024, Einlass: 18.30 Uhr Beginn: 19.00 Uhr

**Wo:** Villa Seuter - Kochlounge Imperial, 1130 Wien, Vinzenz-Heß-Gasse 14

**Unkostenbeitrag:** € 30,- (Inkludiert das 4-gängiges Menü sowie alle Getränke)

**Anmeldung:** Aufgrund der limitierten Plätze ist sie **hier** unbedingt erforderlich. Wir bitten um Verständnis, dass ausschließlich in Wien praktizierende Ärzt\*innen an der Veranstaltung teilnehmen können.