



Herzliche Einladung,

an jede Einzelne, jeden Einzelnen, die / der im Laufe des Jahres bei mir zur Ernährungsberatung war, als kleines „Dankeschön“ für das entgegen gebrachte Vertrauen.

Ganz gleich,

- ob einmalig zur individuellen Ernährungsinformation oder
- mehrmals, um eine Ernährungsumstellung anzugehen;
- mir mit ihrer eigenen Dienstleistung Input oder Hilfe geben,
- die da waren, wenn es ums „anpacken“ ging, etc.



Mir macht mein Tun Spaß! Ich bin gern mit Begeisterung bei den Beratungen dabei und finde, dass jeder der sich um Veränderung bemüht, Unterstützung und Respekt verdient hat.

Ernährung spricht Körper & Seele an; in der richtigen Balance finden wir zu unserem Wohlgefühl. Ernährung ist Prävention für die eigene Gesundheit. Daher leg ich allen warm ans Herz, die eigene Ernährung immer mal wieder zu überblicken.

Damit es uns noch wärmer wird, treffen wir uns in der Adventszeit am Samstag,

**2. Dezember 2017, 14.30 Uhr (Dauer ca. 2 Stunden)**

in Ruppertsberg bei den Tee-Gärtnerinnen Jessica Schönfeld und Christian Weiß zur Kräuterführung und Teeverkostung.

Treffpunkt ist das Kräuterfeld in  
67152 Ruppertsberg, Am Haßlocher Weg, (ungefähr Hausnummer 4).

Christian Weiß wird uns mit viel Liebe in den Anbau von Kräutern einweisen, wann werden welche Kräuter geerntet, und natürlich, wie daraus ein duftender Tee wird.  
Der Tee wird begleitet von feinen, leichten Weihnachtsplätzchen, die an Kalorien klein und im Genuss groß sind.

Feines aus der Pfalz. Neugierig?

Unter [www.schoenfeld-tee.de](http://www.schoenfeld-tee.de) könnt Ihr schon mal bildlich Kräuter schnuppern.  
Lasst Euch überraschen, seid neugierig und meldet Euch zahlreich an.

Ich freue mich riesig auf Euer Kommen.

Liebe Grüße, Gerda Jochim



**P.S. Anmeldungen bitte bis 20. November 2017**

Ernährungsberatung EssPunkt-richtig, Inh. Gerda Jochim  
Am Lindenplatz 6, 67365 Schwegenheim  
T 06344/ 953750 • M 0176/ 84805207  
eMail: [info@esspunkt-richtig.de](mailto:info@esspunkt-richtig.de) • [www.esspunkt-richtig.de](http://www.esspunkt-richtig.de)