

Da es sich bei AIDS um eine Immunsystemerkrankung handelt, ist gesunde Ernährung für HIV-positive Menschen besonders wichtig. Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. lädt deshalb **Menschen mit HIV/AIDS**, die sich gesund und bewusst ernähren möchten und Spaß am gemeinsamen Kochen haben zum vierteiligen

Workshop „PositHive Ernährung“

ein.

Der Workshop findet im Rahmen der Treffen der Gemischten Gruppe der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. statt:

Dienstag, 04. September 2012

Dienstag, 02. Oktober 2012

Dienstag, 06. November 2012

Dienstag, 04. Dezember 2012

jeweils von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr

in der **Beratungs- und Geschäftsstelle der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.**

Johannesstr. 19, 70176 Stuttgart.

Leitung: Inge Arnold und Ada Pintaldi

Kostenlos, Anmeldung erforderlich! Max. zwölf Teilnehmende! Anmeldevoraussetzung ist die Bereitschaft zur Teilnahme an allen vier Terminen!



Information und Anmeldung bis spätestens 30. August 2012 an:

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. - Dana Fichtner, Dipl. Soz. Päd. (FH) - Johannesstr. 19 - 70176 Stuttgart
- E-Mail: dana.fichtner@aidshilfe-stuttgart.de - Tel.: 0711/22469-17 - Fax: 0711/22469-99

Themen:

- **04.09.** - „Artischocke, Wunderblüte aus dem Süden“: Bitterstoffe – Leberschutz und Fettverdauung. Gemeinsames Artischockenessen mit verschiedenen Dips. Kreieren eines sommerlichen Obstsalates.
- **02.10.** – „Sei kein Suppenkasper“: Wohlfühlsuppen für kalte Tage. Die Suppe als vollwertiges Hauptgericht. Gemeinsames Kochen einer Kürbissuppe und einer ungarischen Sauerkrautsuppe.
- **06.11.** – „Kartoffel, die tolle Powerknolle“: Was steckt alles in der Kartoffel? Besser schmeckt's mit Freunden am Tisch! Gemeinsames Zubereiten eines vitaminreichen Gemüse-Kartoffel-Raclette.
- **04.12.** – „FIT for Fantasy mit Fisch!“: Fisch als vorzüglicher Eiweißlieferant. Wo bekommen wir guten Fisch. Gemeinsames Zaubern eines festlichen Menüs.



Anmeldung zum Workshop „PositHIVE Ernährung“

Hiermit melde ich mich verbindlich **zu allen vier Terminen**
(04.09.12, 02.10.12, 06.11.12, 04.12.12, jeweils 18.00 – 21.00 Uhr)

des Workshops „PositHIVE Ernährung“
der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.

in der Beratungs- und Geschäftsstelle der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.,
Johannesstr. 19, 70176 Stuttgart, an.

Vor-/Nachname:.....

Straße/Hausnummer:

PLZ/Ort:.....

Telefonnummer:

E-Mail:

Datum: Unterschrift:

Information und Anmeldung bis spätestens 30. August 2012 an:

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.
Dana Fichtner, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Johannesstr. 19
70176 Stuttgart,
E-Mail: dana.fichtner@aidshilfe-stuttgart.de
Tel.: 0711/22469-17
Fax: 0711/22469-99

