

Ernährungsrundbrief 3-2025

Seite Inhalt

- 2 **Ernährung für eine gute Gesundheit**
Petra Kühne
- 6 **Anregungen für eine heilsame Ernährung**
Ulrike von Schoultz
- 9 **Gesundheit – ganzheitlich betrachtet**
Marianne Nitsche
- 13 **Spendenaufruf**
- 14 **Ernährung und Heilung für die Zukunft**
Rudolf Steiner
- 15 **Heilpflanzen für die Herbstzeit**
Karin Mecozzi
- 19 **Mikrobiom – Gesundheit geht durch den Boden**
Sönke Knop
- 21 **Ernährungsmedizin in der Arztpraxis**
Interview mit Dr. Sabine Schäfer
- 31 **Ernährung im Mutter-Vater&Kind-Kurheim Alberga**
Interview mit Lydia Huber
- 27 **Rezepte Herbstliches Gemüse und Obst**
- 32 **Meine Einstellung zur Ernährung**
Gudrun Zeh
- 34 **Saisonale Gemüse Pak Choi**
- 36 **Bericht Den Himmel auf die Erde bringen! Fachtagung für
Hauswirtschaft und Ernährung 2025**
- 40 **Verein AKE Mitgliederversammlung**
- 42 **Umschau Neue DGE Broschüre – Wird Nachhaltigkeit
nebensächlich? Ernährungssysteme nachhaltiger machen**
- 45 **AKE Empfehlungen zur gesunden Ernährung**
- 48 **Büchertipps**
- 51 **Ankündigung AKE Herbstkurs**
- 6 **Impressum**

