

# LCHF-NEWS

gesunde Neuigkeiten



## Liebe Freunde der LCHF-Ernährung,

hier einige Neuigkeiten aus unserem Hause....

### Der Low Carb-Küchenkalender 2017

#### Gesund durch das ganze Jahr!

Der Low Carb-Küchenkalender ist das wunderbare Ergebnis eines gemeinsamen Projektes von LCHF Deutschland, Dr. Almond - low-carb & glutenfrei, Lowcarb-ketogen.de, LowCarbGoodies und Expert Fachmedien.

**Auf 24 wunderschön bebilderten Rezeptkarten** finden Sie 24 tolle Rezepte – alle natürlich zu 100% low-carb, glutenfrei und sojafrei! Ob die Osterpralinen mit Cointreau-Marzipan-Füllung im April, das Elch-Entrecôte mit Gemüse in Rotweinsauce im November oder der Christstollen mit Nuss- oder Mohnfüllung im Dezember – hier finden Genießer mit Sicherheit das richtige Rezept, mal ausgefallen, mal alltagstauglich.

Und das ist noch nicht alles. Der Küchenkalender beinhaltet außerdem 24 Gutscheincodes im Wert von über 200 Euro - einlösbar für tolle Produkte rund um die gesunde Low-Carb-Ernährung: Backmischungen, Kakaoprodukte und Öle, Kochjournale und Magazine, Back- und Kochbücher, Kurse für Low-Carb-Ernährung und vieles mehr!

**Machen Sie sich oder einem lieben Menschen eine Freude und schenken Sie Gesundheit und die Möglichkeit, mit Leichtigkeit gesund durchs Leben zu gehen.**

Jetzt hier bestellen:

<http://www.expert-fachmedien.de/gesundheit-und-ernaehrung/>



### Der Low Carb-Küchenkalender 2017

Preis: 14,99 Euro + Versandkosten

## 1. LCHF KONGRESS in Europa

### 1. Deutschsprachiger LOW CARB – LCHF KONGRESS in Europa

Die zahlreichen Anmeldungen zu unserem Kongress freuen uns sehr! Und wer träumt denn nicht davon, gesund und mit Wohlbefinden durchs Leben zu gehen?

LCHF, in der strikten Form auch „Ketogene Ernährung“ genannt, ist im Ausland schon lange bekannt, in Deutschland steckt dieser Lebensstil noch in den Kinderschuhen. Der 1. Deutschsprachige Low Carb – LCHF Kongress am **11. Februar 2017** will dies nun ändern und ein Bewusstsein für all diejenigen schaffen, die sich um ihren Körper und ihr Wohlbefinden intensiv kümmern möchten.

Die Veranstalter LCHF Deutschland und Expert Fachmedien GmbH bieten mit diesem Kongress zum ersten Mal allen Interessierten und Kennern von LCHF eine Plattform, um neue Informationen zu erhalten und Erfahrungen auszutauschen. Im Radisson Blu Scandinavia Hotel in Düsseldorf wird insbesondere zu den Schwerpunktthemen Diabetes, Krebs und Gewichtsregulierung referiert, diskutiert und selbstverständlich gegessen. Die Referenten kommen aus ganz Deutschland, aus Österreich, der Schweiz, Frankreich und sogar aus Schweden. Sie alle beschäftigen sich von Hause aus mit der Low Carb-Ernährung und bieten mit ihren Beiträgen den Teilnehmern eine gesunde Mischung an Wissen und Ratschlägen.

Eine Ausstellung mit verschiedenen Produkten und Medien begleitet den deutschsprachigen Low Carb – LCHF Kongress. Als Ausklang des informativen Tages findet am Abend ein „Come together“ statt und damit Zeit für Gespräche und Kontaktpflege.

#### Auch über Ihre Teilnahme freuen wir uns!

Informationen rund um den Kongress und eine Anmelde-möglichkeit finden Sie unter:

[www.expert-fachmedien.de/veranstaltungen/](http://www.expert-fachmedien.de/veranstaltungen/)



## Der „Julbord“-Adventskalender!

### Unser Geschenk für Sie: der „Julbord“-Adventskalender!

Bald ist es wieder so weit: die Vorweihnachtszeit beginnt. Ab dem 1. bis zum 24. Dezember, dem Heiligen Abend, wird gezählt. Und mithilfe eines Adventskalenders geht es besser, die Wartezeit bis Weihnachten zu verkürzen.

**Wir haben einen Adventskalender für Sie:** vom 1. bis zum 24. Dezember gibt es täglich ein Rezept, das typisch weihnachtlich ist und zum Weihnachtsbuffet passt. In Schweden heißt das Julbord, bei dem eine große Auswahl an Spezialitäten aufgetischt wird. Lassen Sie sich 24 Tage lang überraschen, welche Köstlichkeiten im Mutterland der LCHF-Ernährung zum festlichen Buffet gehören.

<http://www.lchf-deutschland.de/das-advent-gewinnspiel-von-lchf-deutschland/>



Genießen Sie eine wundervolle Adventszeit und bleiben Sie gesund!  
Ihr Team von LCHF Deutschland und der Expert Fachmedien GmbH

Sie haben Fragen rund um das Abonnement oder unsere Einzeltitel?  
Bitte sprechen Sie unseren Leserservice jederzeit an:  
Tel.: 0211/1591225 oder per Email: [alexandra.seewald-sander@dvs-hg.de](mailto:alexandra.seewald-sander@dvs-hg.de)



Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr empfangen möchten,  
so können Sie ihn hier abbestellen.

Expert Fachmedien GmbH  
Aachener Str. 172  
40223 Düsseldorf  
Tel.: +49 (0) 211 1591-225  
E-Mail: [lchf@dvs-hg.de](mailto:lchf@dvs-hg.de)  
[www.expert-fachmedien.de](http://www.expert-fachmedien.de)

Geschäftsführer: Paul Robert Hoene  
Handelsregister: Amtsgericht Düsseldorf HRB 63842  
Ust.Ident.Nr.: DE272430470

