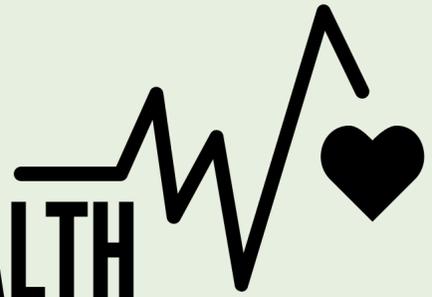




VEGAN WEEK

DAY 1: GESUNDHEIT/ HEALTH



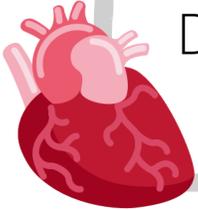
Eine ausgewogene vegane Ernährung könnte jährlich 7 bis 8 Mio. frühzeitige Todesfälle verhindern

A balanced vegan diet could prevent 7 to 8 million premature death annually



Volkskrankheiten, wie Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes, Schlaganfälle und Krebs werden reduziert

Widespread diseases as cardiovascular disease, diabetes, cancer and strokes are reduced



Wichtig ist eine ausgewogene Ernährung! Besonders Vitamin D, Fettsäuren, Calcium, Eisen und Vitamin B12*

A balanced diet is important! Especially vitamin D, fatty acids, calcium, iron and vitamin B12*



u. a. diese Spitzensportler ernähren sich vegan: Lionel Messi, Serge Gnabry und Louis Hamilton

a. o., these top athletes eat vegan: Lionel Messi, Serge Gnabry und Louis Hamilton



*nach Absprache mit dem Hausarzt
after consultation with the doctor