

AKTIONSWOCHE vom 28. März bis 1. April

Frühlingsgefühle hautnah!

gesund schlemmen:

Um frühlingsfrisch und fit in die wärmere Jahreszeit zu starten, benötigt unser Körper eine Extraportion Vitalstoffe. Leider schlägt der Alltag einer gesunden Ernährung allzu oft ein Schnippchen. Wir zeigen Ihnen eine Woche lang, wie eine schmackhafte und gesunde Ernährung aussehen kann. Machen Sie mit!

Das Rezept zum Nachkochen liegt jeden Tag für Sie zum Mitnehmen bereit.

Montag: Farfalle mit Lachs und Vanille, Frühlingssalat; dazu ein Orange-Coco-Flip

Dienstag: Radicchio-Salat mit Walnussöl-Mango-Dressing an Hähnchenbrust mit krossem Zwiebelbrot; dazu ein frischer »Cherry Kiss«

Mittwoch: Gebackenes Seelachsfilet auf Gemüse mit Nusskruste, Zitronenreis und Feldsalat; dazu ein Möhren-Apfel-Drink

Donnerstag: Kartoffelpuffer an Schnittlauchquark mit Pilzsalat und Putenstreifen; dazu ein Orangen-Limetten-Cocktail

Freitag: Ofenkartoffel mit Sesamsoße, gebackenem Schafskäse und Blattsalat; dazu ein Mangodrink

Aktionspreis von € 5,40
pro Mittagessen inkl. Wellnessdrink

Montag, 28. März bis Freitag, 1. April 2011,
jeweils von 11.45 bis 13.30 Uhr im Café K

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich



 **Rotes Kreuz
Krankenhaus**

St.-Pauli-Deich 24
28199 Bremen

Café K
Das Auge ißt mit.

AKTIONSWOCHE vom 28. März bis 1. April

Frühlingsgefühle hautnah!

Das Café K und das Therapiezentrum für Physikalische Medizin des Rotes Kreuz Krankenhaus verwöhnen Sie eine Woche lang mit kulinarischen Leichtgewichten und entspannenden Wohlfühlstunden.

sanft entschlacken:

Schalten Sie doch mal ab und gönnen Sie sich einen kleinen Urlaub zwischendurch! Für das richtige Frühlingsgefühl sorgt eine wunderbar entspannende Aroma-Wohlfühlmassage. Der Körper wird entschlackt, Sie fühlen sich frisch und vital.

Wählen Sie Ihre Lieblings-Duftnote:

Rosmarin-Zitronengras

Lavendel-Melisse

Grapefruit-Minze

Limette-Geranium

Zitrone-Orange

Telefonische Anmeldung erbeten unter 0421 / 55 99-316

Aktionspreis € 15,00
pro Massage

Montag, 28. März bis
Freitag, 1. April 2011
von 11 bis 13 Uhr im
Therapiezentrum für
Physikalische Medizin



 **Rotes Kreuz
Krankenhaus**

St.-Pauli-Deich 24
28199 Bremen

Ihre Fitmacher

Therapiezentrum für
Physikalische Medizin