

Neuer Online-Kurs für Vegan-Einsteiger

50 Prozent Einführungs-Rabatt im Mai

Berlin, 3. Mai 2016. Vegan ist in aller Munde – diesen Eindruck bekommt man jedenfalls in den Medien.

Tatsächlich lebt nur etwa ein Prozent der Bundesbürger vegan. Zu schwierig erscheint vielen Menschen der Umstieg, und zu verbreitet sind noch die Vorurteile über Veganer.

Dass Vegan in der Realität nichts mit Verzicht zu tun hat, das beweisen auch Promis wie Attila Hildmann oder Nicole Just. Der Umstieg scheitert letztendlich meistens an Vorurteilen oder Sorgen, sich als Veganer nicht richtig zu ernähren.

Wer sich den Einstieg in die vollwertige, vegane Lebensweise leicht machen und gesundheitliche Risiken vermeiden möchte, der findet in einem neuen veganen Online-Kurs Unterstützung: Unter www.vegan-werden.de gibt es zahlreiche hochwertige Videos, unter anderem mit Professor Dr. Claus Leitzmann und mit der UGB-zertifizierten Ernährungsberaterin Sonja Guse. Außerdem steht eine Fülle an fundierten Artikeln rund um den veganen Alltag zur Verfügung. Diese können auch als E-Book heruntergeladen werden.

Das Herz des Kurses ist ein interaktives Mail-Coaching, das Teilnehmer täglich per Mail durch die Einstiegsphase begleitet; sie motiviert, bestärkt und inspiriert. Aufgaben und Erinnerungen helfen, Gelerntes zu verinnerlichen und sich schon in den ersten Tagen als Veganer gut zurecht zu finden. Gegen einen kleinen Aufpreis kann persönlicher Mail-Support für 6 Wochen hinzugebucht werden.

Der vegane Online-Kurs richtet sich an alle, die vegan leben wollen – sei es aus gesundheitlichen, ökologischen oder ethischen Gründen. Auch wer schon vegan lebt, aber noch Fragen hat, findet im Kurs wertvolle Informationen.

„Vielen Menschen sind von den guten Gründen für eine vegane Lebensweise überzeugt“, so Projektentwickler Kilian Dreißig, „doch oft werden sie durch Vorurteile und Sorgen vor Fehlernährung verunsichert. Mein Kurs liefert Motivation, Bestärkung und fachlich kompetente Informationen für eine gesunde vegane Ernährung.“

Kilian Dreißig lebt seit 15 Jahren vegan und betreibt auch das Online-Portal vegpool.de, eines der größten Vegan-Portale im deutschsprachigen Raum.

Experten im Kurs:

Prof. Dr. Claus Leitzmann, Gießen

ist Pionier auf dem Gebiet der Vollwerternährung und ausgewiesener Experte im Bereich der pflanzenbasierten Ernährung. Er ist Mitbegründer des Instituts für alternative und nachhaltige Ernährung (IFANE).

Sonja Guse, Berlin

ist Heilpraktikerin und eine der bekanntesten veganen Ernährungsberaterinnen in Deutschland. Sie wurde vom UGB als Fachkraft für vegane Kleinkind- und Säuglingsernährung zertifiziert und ist Mitglied im Netzwerk „fair beraten e. V.“.

Kilian Dreißig, Berlin

ist Journalist und Betreiber des veganen Online-Portals vegpool.de. Er hat viele Jahre über die Hintergründe der Tierproduktion recherchiert (Ausstrahlungen u.a. in Tagesthemen, ZDF). Er lebt seit 2001 vegan.

Der Kurs:

Der vegane Online-Kurs enthält ein interaktives Mail-Coaching und 3 Monate lang Zugriff auf

- Fachvideos, u. a. mit Professor Dr. Claus Leitzmann und Sonja Guse
- Umfangreiche Informationssammlung rund um das vegane Leben, auch als E-Book
- einfache, vielfältige, vegane Rezepte
- Audio-Dateien für unterwegs

Die Preise für die 3-monatige Kursteilnahme liegen derzeit bei 47 Euro für den Basis-Kurs, und bei 64 Euro für den Basiskurs mit 6 Wochen persönlichem Support per Mail. Die Abwicklung erfolgt über das Unternehmen Digistore24.com

Zum Kurs-Start im Mai gibt es 50% Rabatt mit dem Gutschein-Code [vegan-start](#)

Journalisten können einen kostenfreien und persönlichen Test-Account beantragen unter presse@vegan-werden.de

Für Rückfragen steht Ihnen Kilian Dreißig gern zur Verfügung:

Tel: 030 – 22 35 17 60, Mobil: 0163 – 92 90 115, E-Mail: info@vegan-werden.de