



Für mehr Informationen



Gesund Essen leicht gemacht!

Online-Seminar

Erfahren Sie in unserem Online-Seminar einfache Tipps für eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Alltag:

Das Seminar bietet Tipps zur Mahlzeitenplanung, zu gesunden Snacks und zum Vermeiden von Ernährungsmythen. Erfahre, wie du Lebensmittelpreise verstehst, günstig einkaufst und nachhaltig isst, um das Klima zu schützen. Zudem bekommst du wertvolle Hinweise zur Resteverwertung und zum saisonalen Einkauf.

Wann?
 Freitags den 15.11.24, 22.11.24 und 29.11.24
 jeweils von 10:00-11:00 Uhr

Anmeldung:
 Online über den QR-Code oder unter www.gemeinsamgesund-hessen.de
 Die Teilnahme ist kostenfrei.



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

