



AUCH KEINE ZEIT ZUM KOCHEN?

EINFACH - *ABER LECKER.*
SCHNELL - *ABER KEIN FAST FOOD.*

GESUND - *ABER NICHT NUR GEMÜSE.*
ESSEN - *MIT FREUDE.*

GESUNDE ERNÄHRUNG TROTZ WENIG ZEIT - WIE KANN DAS GELINGEN?

Unsere Ernährungsberaterinnen leiten durch den Abend und geben Tipps zu zeitsparenden, gesunden und leckeren Gerichten – vom Einkaufszettel bis zur praktischen Zubereitung.

DIE EXPERTINNEN

Lea Emmenegger – Ernährungsberaterin BSc BFH
Ursula Schweizer – Ernährungsberaterin BSc BFH

Der Eintritt ist frei.

Beschränkte Teilnehmerzahl

Dauer ca. 1 Stunde.

Beim anschliessenden Apéro dürfen alle alles probieren.

Veranstaltung der Gesundheitsförderung im Auftrag der Gemeinden:

Root, Gisikon, Dierikon und Honau

ANMELDUNG

Da wir mit frischen Lebensmitteln arbeiten werden und Food Waste vermeiden wollen, bitten wir um eine Anmeldung an Doris Engel:

engel-do@outlook.com bis zum 24. März

WANN & WO

DONNERSTAG, 26. MÄRZ 2020 | 19.30 UHR
Pfarreiheim Root | Schulstrasse 7 | 6037 Root



FRAUENFORUM
PFARREI ROOT
Root Gisikon Dierikon Honau

contrast.