

Bodymed Center Sömmerda

Ganzheitliche Ernährungsberatung



Liebe Ernährungsbewusste und alle, die es werden möchten,

am **19.06.2019 um 19.00 Uhr** laden wir Sie recht herzlich zur ersten Veranstaltung aus der Reihe „Gesunde Ernährung“ in die Seniorenbegegnungsstätte Köllda (Talisa) ein.

Die Ernährungsberaterin Katrin Kirchner aus Sömmerda freut sich, Ihnen einige wichtige Prinzipien einer zeitgemäßen Ernährung erklären zu können.

Großes Augenmerk wird auf den gesundheitlichen Aspekt einer ausgewogenen, vielseitigen und ballaststoffreichen Ernährung gelegt.

Sie werden zugleich die moderne Ernährungsform mit neuen Lebensmitteln und Geschmacksrichtungen sowie deren Vorteile kennen lernen. An Hand von praktischen Rezepten können Sie bereits einen Vorgeschmack auf die zweite Veranstaltung dieser Reihe am **26.06.2019** erhalten, in welcher dann gemeinsam Rezepte nachgekocht und in geselliger Runde verspeist werden. Unkostenbeitrag 8,00 €, Zahlung vor Ort.

Anmeldungen zur Veranstaltung nimmt Frau Lippich bei der Stadt Köllda unter der Rufnummer: **03635/450-137** entgegen.

Auf Ihr Kommen freuen sich

Ihre Stadtverwaltung Köllda und

Katrin Kirchner

