



Evangelische **Frauenhilfe** in Westfalen e.V.

# Gesunde Ernährung im Alltag - Salate und leichte Desserts für mehr Wohlbefinden

Samstag, 30.05.2026, B 06

LeibSeeleKüche, Soest

Eine ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Baustein für Gesundheit und Prävention. Im Kurs werden frische, vitamin- und ballaststoffreiche Salate sowie leichte, gesunde Desserts zubereitet. Dabei geht es nicht nur um Genuss, sondern auch um die Förderung des Wohlbefindens und die Stärkung des Immunsystems. Die Teilnehmenden erhalten praktische Tipps, wie gesunde Ernährung im Alltag leicht umzusetzen ist – ob für die Familie, die nächste Feier oder einfach für sich selbst.

Bitte bringen Sie eine Schürze, Trockentücher, Behälter für mögliche Reste sowie ein Getränk mit.

Zielgruppe	Interessierte
Kosten	<b>25,00 €</b> plus ca. <b>10,00 €</b> Lebensmittelumlage pro Person
Verantwortlich	Manuela Schunk Bildungsreferentin
Leitung	<b>Karoline Tembusch</b> Diätassistentin
Termin	30.05.2026 Beginn: 09:30 Uhr, Ende: 14:00 Uhr
Ort	LeibSeeleKüche, Feldmühlenweg 21, 59494 Soest



Die evangelische Erwachsenenbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. ist Regionalstelle des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe, der anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW im Trägerverein Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e.V.



## TEILNAHME-BEDINGUNGEN

### Anmeldung

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone  
Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 399  
falcone@frauenhilfe-westfalen.de | www.frauenhilfe-bildung.de

Schriftlich per Post, E-Mail oder Fax ist Ihre Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Ist der Kurs ausgebucht oder findet er nicht statt, erhalten Sie eine Benachrichtigung und ggf. eine Rückerstattung. Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter [www.frauenhilfe-bildung.de](http://www.frauenhilfe-bildung.de) finden.

### Information (Mo – Fr: 08:00 – 13:00 Uhr)

Karoline Tembusch 02921 371 295

### Kosten

25,00 € plus ca. 10,00 € Lebensmittelumlage pro Person  
Sie erhalten eine Rechnung.

### Stornierung

Für den Fall des Rücktritts berechnen wir als Bildungsträgerin eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25% der angegebenen Veranstaltungskosten. Dieses gilt ab 14 Tage nach Eingang der Anmeldung. Bei kurzfristigem Vertragsrücktritt werden Ausfallgebühren erhoben. 21 bis 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, 8 Tage bis 1 Tag vor Veranstaltungsbeginn 75 %, bei Rücktritt am Veranstaltungstag 100 %.

### Tagungsort

LeibSeeleKüche, Feldmühlenweg 21, 59494 Soest

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos/Screenshots zur Nutzung in der Öffentlichkeitsarbeit erstellt. Weisen Sie uns zu Beginn der Veranstaltung darauf hin, wenn Sie nicht einverstanden sind.

An:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone | Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 399 | [falcone@frauenhilfe-westfalen.de](mailto:falcone@frauenhilfe-westfalen.de)

## Gesunde Ernährung im Alltag – Salate und leichte Desserts für mehr Wohlbefinden

30.05.2026, B 06

Ich melde mich kostenpflichtig an.

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Mail

Geb.-Datum

- ☐ Mitglied der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. (EFHiW)
- ☐ Ich möchte den BildungsNewsletter der Frauenhilfe beziehen.
- ☐ Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift