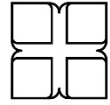


Unterstützt von Teilnehmern der



Gefördert durch die
GlücksSpirale
VON LOTTO



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

Kochkurs

„Ernährung ab 60+“

Samstag, 19.03.2022, B 15

Beginn: 14:00 Uhr, Ende: 17:00 Uhr

LeibSeeleKüche

In der LeibSeeleKüche werden in einer kleinen Gruppe einfache und leckere Gerichte und Getränke miteinander zubereitet. Im Handumdrehen und natürlich mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln! Anschließend wird dann in gemütlicher Runde natürlich auch lecker und gesund zusammen gegessen.

Im Mittelpunkt stehen bei diesem Kochkurs die Bedürfnisse für Menschen, die älter als 60 Jahre sind und ihrem Körper besonders gut tun wollen.

Neben den Referenzwerten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, geht es vor allem um Empfehlungen für die Lebensmittelauswahl einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung.

Zielgruppe: Menschen 60+, Seniorinnen und Senioren

Kosten: 5,00 €

Leitung: Christina Vetter, Verbands- und Projektreferentin

Referentin: Ulrike Bracht, Hauswirtschaftsmeisterin, Dozentin für Ernährung

Bemerkungen: Bitte Kochschürzen und Dosen zum Mitnehmen mitbringen.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung

Anmeldungen sind schriftlich per Post, E-Mail, Fax oder Internet möglich. Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Wir verschicken keine Anmeldebestätigung. Sollte der Kurs belegt sein oder nicht zustande kommen, werden Sie benachrichtigt.

Anmeldungen an: (Mo - Fr: 09:00 - 15:00 Uhr)
Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V.,
Sylvia Pittke, Postfach 13 61, 59473 Soest,
Fax 02921 371-236, pittke@frauenhilfe-westfalen.de
www.frauenhilfe-bildung.de

Informationen: (Mo - Do: 10:00 - 14:00 Uhr)
Christina Vetter, Tel. 02921 371-239

Kosten

5,00 €

Überweisung bis eine Woche vor Seminarbeginn auf
das Konto: Sparkasse SoestWerl

IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14

Verwendungszweck: Kosten, B-Nr., Datum

Stornierung

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: 14 bis zu 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, 8 bis 1 Tag vor Veranstaltungsbeginn 75 %, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

Tagungsort

LeibSeeleKüche SOEST | Feldmühlenweg 21 | 59494 Soest
Tel. 02921 371 280 www.leibseelekueche.de

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos zur Nutzung in der Öffentlichkeits- und Pressearbeit erstellt. Sie können zu Beginn der Veranstaltung Ihre Einwilligung dazu widerrufen.

Anmeldung an:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V., Sylvia Pittke, Postfach 13 61, 59473 Soest, Fax 02921 371-236, pittke@frauenhilfe-westfalen.de

ANMELDUNG

Kochkurs „Ernährung ab 60+“

Samstag, 19.03.2022, B 15

Beginn: 14:00 Uhr, Ende: 17:00 Uhr

Name, Vorname

Straße

PLZ Ort

Telefon / Mobil

E-Mail

Geb.Datum

Sonderkostformen/Allergien

Ich erkläre mich einverstanden, dass diese Daten für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Hinweis: Ihre Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift