



GESUND ESSEN

*Alltagstauglich und
bezahlbar*

SCAN ME



Gesund essen - alltagstauglich und bezahlbar

Gesunde Ernährung muss nicht teuer oder kompliziert sein.

In diesem Angebot erhalten Sie praktische Tipps, wie ausgewogene Mahlzeiten im Alltag gelingen – einfach, lecker und budgetfreundlich.

Gemeinsam schauen wir, wie Ernährung zu mehr Wohlbefinden, Energie und Struktur im Alltag beitragen kann.



Wann? dienstags, 11:00-12:30 Uhr
14.04., 21.04., 28.04., 05.05., 12.05.,
19.05., 26.05., 02.06., 09.06. und
16.06.26

Wo? vhs Weilburg
Limburger Str. 8
35781 Weilburg

Anmeldung: Bis 27.03.26 über den
Anmeldebutton (QR-Code scannen)
oder telefonisch 06431 215236

Kursleitung: Diplom-
Ernährungsberaterin - DGE



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE
Ernährungsberatung / Ernährungstherapie
Petra Malm-Hannappel