



# Gesundes Frühstück

Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit tun, sich bewusst und gesund ernähren, sind jedoch verwirrt von den vielen unterschiedlichen Empfehlungen? Gerne wird Frau Schuhmacher als Gesundheits- und Ernährungsberaterin Ihre Fragen im Rahmen eines Vortrages zum Thema „Gesundes Frühstück und achtsames Essen“ beantworten. Im Anschluss bereiten wir gemeinsam ein gesundes Frühstück zu und lassen uns die Kostproben in gemütlicher Runde schmecken.

Wann **17.06.2023, 10.00 Uhr**

Wo **Schwesternhaus Mardorf**

Unkostenbeitrag beträgt 10,-€. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt. Verbindliche Anmeldungen unter [veranstaltungen@buergerverein-mardorf.de](mailto:veranstaltungen@buergerverein-mardorf.de)

Wir freuen uns auf Euch...