

ERNÄHRUNG IM ALTER – GUT VERSORGT DURCH DEN ALLTAG

Mittwoch, 06.11.2024 Uhrzeit: 18.00 – 20.15 Uhr

Veranstaltungsort: Pfarrheim St. Alexander, Schulstraße 29, Bawinkel

Auch im hohen Alter noch fit und leistungsfähig zu sein, das wünschen sich die meisten Menschen. Die Ernährung hat einen wesentlichen Einfluss darauf. An diesem Abend geht es speziell um die Bedürfnisse der älteren Menschen. Welche Nährstoffe sind besonders wichtig und was sollte ich bei der Auswahl der Lebensmittel beachten? Mit einfachen und alltagstauglichen Tipps gut versorgt durch den Tag.

Dozententeam: Ernährungsberatung Consens, Emsbüren

Gebühr: 18,50€

Anmeldungen NUR über die KEB.



Kontaktstelle Eltern-Kind

Gerhard-Kues-Str. 16

49808 Lingen

Tel.: 0591-6102-252

botterschulte@keb-emsland.de