

60 plus der Kath. St.-Paulus-Kirchengemeinde

60_{plus} Ernährung macht fit und gesund. Tipps für den Alltag in Theorie und Praxis.

Unter diesem Thema steht das Veranstaltungsprogramm für Seniorinnen und Senioren jeden Alters am Mittwoch, 12. November 2008. Beginn 16 Uhr. Sich gut ernähren, heißt mehr als nur gut essen und trinken. Richtige Ernährung stillt nicht nur Hunger und Durst, sondern macht auch fit und gesund. Schülerinnen und eine Lehrerin der Akademie für Landbau und Hauswirtschaft in Kupferzell werden im Gemeindezentrum von St. Paulus nicht nur Tipps für gesunde Ernährung geben, sondern nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen kochen und die Teilnehmer bewirten. Interessierte jeden Alters sind herzlich dazu eingeladen. Die Auslagen sollen durch einen kleinen Kostenbeitrag der Teilnehmer gedeckt werden.



Schülerinnen mit Lehrerin der Akademie Kupferzell.