



Online-Veranstaltungen für Generation 55plus im Bereich Ernährung und Bewegung

Genussvoll und bewusst – Essen ab der Lebensmitte und das Immunsystem stärken

Referentin: Brigitte Hepting, Dipl.oec.troph.
Termin: Donnerstag, 18.11.2021; 19:00 – 20:30 Uhr

Genussvoll trinken – fit bleiben

Referentin: Ingrid Steininger, Dipl.oec.troph.
Termin: Freitag, 19.11.2021; 09:30 – 11:00 Uhr

Kombi-Kurs Ernährung und Bewegung

Teil 1: Dem Herzen etwas Gutes tun - Bewusst essen, täglich bewegen

Referentin: Silke Zotter, Dipl.oec.troph.
Termin: Mittwoch, 24.11.2021; 09:30 – 11:00 Uhr

Teil 2: Dem Herzen etwas Gutes tun - Bewusst essen, täglich bewegen im Stadtpark Erding

Referentin: Tina Walter, Dipl. Sportlehrerin Univ.
Termin: Mittwoch, 01.12.2021; 10:00 – 11:30 Uhr

Nahrungsergänzungsmittel: Unsinn oder sinnvoll?

Referentin: Alina Reiß, Ernährungswissenschaftlerin
Termin: Mittwoch, 08.12.2021; 15:00 bis 16:30 Uhr

Nähere Informationen und Anmeldung unter:

- www.weiterbildung.bayern.de
- www.aelf-ee.bayern.de
- poststelle@aelf-ee.bayern.de

Zusatzinformationen

Das Seminar findet über die Internetplattform Cisco Webex statt.

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Nutzungsbedingungen von Cisco Webex Meetings. Insbesondere darf die Veranstaltung nicht aufgenommen, vervielfältigt und verbreitet werden.

Ihre Einwilligung können Sie vor der Veranstaltung jederzeit widerrufen; eine Teilnahme ist dann jedoch nicht möglich.

Genauere Informationen für den Zugang zu der Veranstaltung werden Ihnen nach der Anmeldung per Mail mitgeteilt.