

Herzliche Einladung Multiplikatorenschulung „Ausgewogen essen – für alle möglich?!“

Sie arbeiten mit Menschen über 50 Jahren zusammen? Sie möchten Hilfestellung geben, wie man sich trotz der gestiegenen Lebensmittelpreise ausgewogen ernähren kann?

Das erwartet Sie in der zweiteiligen Schulung:

- **Theorie digitaler Wissensblock am 13. April 2026, 9 – 12 Uhr**
Grundlagen Ernährungsarmut, Tages- und Wochenplan mit Fokus auf eine ausgewogene und günstige Auswahl an Lebensmitteln
- **Praktischer Teil Kochworkshop & Einkaufstraining am 20. Mai 2026** bei der kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V. bei Koblenz
 - ➔ Kostenlose Teilnahme
 - ➔ Unterstützung bei der eigenen Umsetzung: Bei Abschluss beider Schulungsteile kann ein Handgeld in begrenztem Umfang beantragt werden
 - ➔ Fahrtkosten zur Schulung können bezuschusst werden

Melden Sie sich hier an:



In Kooperation mit:



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



**Katholische
Familienbildungsstätte
Andernach e.V.**