

Superfood aus der Natur

Inhalte

Superfood - sind das exotische Pülverchen und Pillen?
Aber nein!
Verarbeitete Lebensmittel sind keine Superfoods.

Die besten Superfoods kommen aus der Natur und dazu oft aus der Heimat.

Lassen Sie sich überraschen von den verborgenen Talenten, die in unseren Lebensmitteln stecken.

Sie können eine sinnvolle Ergänzung zu einem ausgewogenem Leben sein und unterstützen unser Wohlbefinden bei der Arbeit und Zuhause.
Was sind wirkliche Superfoods?

Mit einfachen, leckeren Rezepten finden Sie Ihren Weg.

Ziel:
Teilnehmer können Werbeaussagen über Superfoods erkennen und bewerten. Teilnehmer haben Wissen über die Superfoods aus der Natur und deren Wirkung.

Angebot

Gruppenangebot/Workshop oder Vortrag
Zeiten in Absprache, je nach Art des gewählten Angebotes.

min. 8 Teilnehmer pro Durchgang, max. 12 TN
(Workshop)



Dozent

Irmtraud Retzlaff
Zertifizierte Ernährungsberaterin VFED
Einsatzgebiet: Oldenburg und im Umkreis von 60km

Organisation

Halbtagesveranstaltung (4,5 Stunden im Block inkl. Pausen) 2 Seminare

Ganztagesveranstaltung (8 Stunden im Block inkl. Pausen)
3 Seminare

-individuelle Anpassung an den Betrieb möglich

