

Altersgerechte Ernährung

Vortrag von Ernährungswissenschaftlerin
Mag.a Christine Kleindienst

Mit den Jahren verändert sich der Körper. Durch Anpassungen im täglichen Speiseplan können wir den Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen decken und damit Wohlbefinden und Gesundheit unterstützen.

Die Ernährungswissenschaftlerin gibt Tipps und Empfehlungen für die Ernährung ab der Lebensmitte, die gut schmecken und unterstützen.

WANN: Mittwoch, 22. März 2023
14:00 Uhr

WO: Flattach, Gemeindesitzungssaal

Eintritt frei

Informationen: FamiliJa
 04782 251, www.familija.at



In Zusammenarbeit mit allen Mölltaler Gemeinden und gefördert aus den Mitteln: