

# „Nachhaltige Ernährung für Einsteiger“

Ich möchte etwas für die Umwelt tun, weiß aber nicht, wo ich anfangen soll: Darf ich nur noch Bio kaufen? Muss ich Vegetarier werden? Und werde ich dann viel mehr Geld ausgeben müssen? Hier gibt es Tipps und Tricks, wie ich meinen Ernährungsalltag ohne viel Aufwand nachhaltiger gestalten und ins Familienleben integrieren kann.



**Termine: Donnerstag, 19.01.2023**

**Uhrzeit: 19:30 – 21:45 Uhr**

**Ort: Pfarrheim Christ König, Bernhard – Lohmann Str. 35, 49809 Lingen**

**Kosten: 10,00 €**

**Anmeldeschluss: 12.01.2023**

**Teilnehmerzahl: max. 10 Personen**

**Dozentin: Lara Voß, Ernährungsberaterin**

## **Anmeldung:**

Kurs-Nr.: 2023 – 2109LI

KEB Emsland-Süd

Tel. 0591 6102-252

[www.keb-lingen.de](http://www.keb-lingen.de)



## **Information:**

Familienzentrum Christ König

Tel. 0591 2315

[kiga-christ-koenig@t-online.de](mailto:kiga-christ-koenig@t-online.de)