

Ernährungsvorträge und -kurse



➤ Nachhaltige Ernährung im Alter

„Es kommt nicht darauf an, wie alt man wird, sondern wie man alt wird.“ (Prof. Ursula Lehr). Jeden Tag kann man nutzen, um durch gutes Essen die Fitness zu erhalten. Was ist aber im fortgeschrittenen Alter besonders wichtig, um dem Kraftverlust vorzubeugen und die Muskelmasse zu erhalten? Auf diese Fragen wird im Vortrag mit anschließendem Gespräch eingegangen.

| | | | |
|------------|------------|----------------------------|------------------|
| 500 | Donnerstag | 23.03.2023 | 1 Kurstag |
| | Dauer | 11:00 bis 12:30 Uhr | |
| | Gebühr | kostenfrei | |
| | Leitung | Anja Later | |

! In Kooperation mit dem Referat für Altenarbeit der Stadt Kassel,
Telefon 0561 787-5071

Grabstätten- vorsorge zu Lebzeiten



Wir
informieren
Sie gerne



Tannenheckerweg 6 · 34127 Kassel
 Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 9:00 bis 15:30 Uhr
 Tel. 0561-983950 · info@friedhofsverwaltung-kassel.de
www.friedhofsverwaltung-kassel.de