



Kochworkshop G'sund Essen in der Schwangerschaft – Energie für das Baby

20. März 2012
QimiQ – Küche, Lettlweg 5, 5322 Hof bei Salzburg

Die Gesundheit Ihres Kindes beginnt im Mutterleib. Alles was Sie zu sich nehmen nährt auch Ihr Kind und prägt es für eine gesunde Zukunft.

Sie erfahren in lockerer Atmosphäre und mit viel Praxis:

- ✓ Wie Sie Übelkeit, Kreislaufprobleme, u.v.m gut in den Griff bekommen
- ✓ Worauf Sie während der Schwangerschaft verzichten sollten und welche Alternativen es hierzu gibt
- ✓ Welche Lebensmittel und Rezepte für Sie als Schwangere besonders gut sind
- ✓ Rezepte die gut tun – diese werden live zubereitet und verkostet

Tun Sie sich selbst und Ihrem Kind etwas Gutes!

Kurszeiten:
20. März 2012 von 18.00 - 20.30 Uhr

Kurskosten:
€ 29,--

Anmeldungen:
office@frauenschuh.cc oder www.frauenschuh.cc

Ich freue mich Sie in die Babyfitte Küche einweisen zu dürfen – Ihre

Mag. Christina Frauenschuh
Ernährungsexpertin & Genusscoach
„genussvoll gesünder durch's Leben“