

Gesond Ernährung

Workshop 1:

Eng nohalteg gesond Ernährung - interaktive Workshop iwwert Nährstoffe

Wéini? Dëschdeg, de 25. Mäerz um 19.30 Auer
Wou? Maison des générations „Treff Aal Schoul“
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

Workshop 2:

Einfach a präiswäert: Ausgeglichen Tëschmolzechte virbereeden a schmaachen

Wéini? Donneschdeg, de 27. Mäerz um 19.30 Auer
Wou? Maison des générations „Treff Aal Schoul“
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

Workshop 3:

Ernährung fir Fräizäitsportler

Wéini? Dëschdeg, den 1. Abrëll um 19.30 Auer
Wou? Maison des générations „Treff Aal Schoul“
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

All Workshop

GRATIS

Animatioun:

Myriam JACOBS
Dieteticienne spécialisée
Sport- a medezinesch Ernährung
Comitésmember ANDL & SLD

Stéphanie ROSQUIN
Dieteticienne spécialisée
Sport- a medezinesch Ernährung

Aschreiwung fir déi eenzel Workshops iwwert inscription@habscht.lu bis de 17. Mäerz 2025

D'Plazen si limitéiert

Alimentation saine

Workshop 1 :

Une alimentation saine et durable - workshop interactif sur les nutriments

Quand ? Mardi, le 25 mars à 19h30
Où ? Maison des générations « Treff Aal Schoul »
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

Workshop 2 :

Facile et abordable : préparer et déguster des collations équilibrées

Quand ? Jeudi, le 27 mars à 19h30
Où ? Maison des générations « Treff Aal Schoul »
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

Workshop 3 :

Alimentation pour les sportifs de loisir

Quand ? Mardi, le 1^{er} avril à 19h30
Où ? Maison des générations « Treff Aal Schoul »
33A, Grand-Rue L-8372 Hobscheid

chaque workshop
GRATUIT

Animation:

Myriam JACOBS
Diététicienne spécialisée
en alimentation sportive et médicale
Membre du comité ANDL & SLD

Stéphanie ROSQUIN
Diététicienne spécialisée
en alimentation sportive et médicale

Inscription pour les différents workshops via inscription@habscht.lu jusqu'au 17 mars 2025

Les places sont limitées