



OVER GEZOND ETEN EN DUURZAME VOEDING (met kookworkshop)

THEMA: Duurzame samenleving

AANTAL TAALICONEN: 3

WERKVORM: Lezing + workshop

BEGELEIDER: Christel Vanderheyden

MIN/MAX AANTAL DEELNEMERS: 12/20

AANTAL SESSIES/DUUR SESSIE:

1 keer 2,5 uur + 1 keer 3 uur

PRIJS SAMENWERKING (PER

DEELNEMER): Standaardprijs: €29

Kortingsprijs: €21

Verhoogde tegemoetkoming: €5,8

PRIJS UITKOOP:

€250 + €7 ingrediënten p.p. + km-vergoeding

VERANTWOORDELIJKE

VORMINGSWERKER: Veerle Timmermans

BENODIGD MATERIAAL: Beamer + keuken

INHOUD:

Dat gezond eten belangrijk is, weten we allemaal. Maar hoe begin je eraan?

In de lezing geeft Christel tips die je vooral bewuster helpen omgaan met voeding. Het gaat niet over goed of slecht, maar over doordachte keuzes maken die bij jou passen. We combineren gezonde en duurzame voeding. Zo winnen zowel jij als het milieu.

Tijdens de kookworkshop ga je aan de slag met de tips van Christel. We koken samen lekker en gezond.