

Frauenfrühstück

das bedeutet

...die Seele im Kaffeeduft

baumeln lassen

...miteinander reden und essen

...Themen, die uns angehen

Frauenfrühstück

das ist

...zweimal jährlich

...offen für alle interessierten

Frauen

...vorbereitet von Frauen

aus unserer Gemeinde

33. Frauenfrühstück in Ummeln

am Samstag, den 06.04.2024

von 9 Uhr – 11.30 Uhr

Ev. Gemeindehaus

Queller Str. 189

*

Der Beitrag zu den Kosten
des Frühstücks beträgt 8 €.

*

Im Anschluss hat der
Eine-Welt-Laden geöffnet.

*

Anmeldung bis zum 25.03.2024

Per E-Mail:

gt-kg-ummeln@ekvw.de

bei Pfr. Prill, Tel. 48240

Mit Powerfood
fit
durch das Jahr



Frauenfrühstück
in Ummeln
06. April 2024

Mit Powerfood fit durch das Jahr

Eine ausgewogene Ernährung ist für alle Menschen wichtig. Je älter wir werden, desto weniger Energie benötigen wir, brauchen aber dennoch die gleiche Menge an Nährstoffen wie in jungen Jahren. Wird die Ernährung an diese Veränderungen angepasst, unterstützen wir unseren Körper optimal dabei, gesund und fit zu bleiben. Die Ernährungs- und Gesundheitsberaterin Elke Baumann gibt Tipps zur genussvollen Ernährung und Anregungen, wie gesundes Essen auch schnell und unkompliziert z.B. von Berufstätigen vor- und zubereitet werden kann.

Referentin:

Elke Baumann

Ernährungs- und
Gesundheitsberaterin

Musik:

Diane Spiekerkötter, Klavier

Bitte bis zum 25.03. zurück

**An das
Gemeindebüro
der Ev. Kirchengemeinde Ummeln
Queller Str. 192
33649 Bielefeld
Tel. 0521/48240
Fax: 0521/47 98 20
E-Mail: GT-KG-Ummeln@ekvw.de**

Hiermit melde ich mich zum
Frauenfrühstück am 06.04.2024 an

Ich kann nicht teilnehmen,
möchte aber gerne über die neuen
Aktivitäten informiert werden

Meine Mailadresse lautet:

An: