

WORKSHOP

Gesund essen trotz vollem Terminkalender

Donnerstag, 11. September 2025

HOLISTIC
HEALTHY
natürlich
gesund essen





Wenig Zeit, aber Lust auf gesunde Ernährung?

In diesem Workshop lernst du, wie gesunde, nährstoffreiche Ernährung auch bei vollem Terminkalender gelingt – ohne Stress und stundenlanges Kochen.

Das erwartet dich:

- ✓ Praxisnahe Ernährungstipps
- ✓ Schnelle, kreative Rezepte
- ✓ Meal-Prep-Ideen für Job & Familie
- ✓ Kleine, feine Degustation vor Ort

Ideal für:

👤👤 Berufstätige | 👨👩👧👦 Eltern

🥗 Alle, die gesünder essen möchten

📖 oder Meal Prep lieben (oder lernen wollen)!

Wann & Wo?

📅 Do, 11. Sept. 2025 · 🕒 19:30 – 21.30 Uhr

📍 [Mööslitreff, Beundenweg 21, Biel/Bienne](#)

💰 CHF 35.– pro Teilnehmer*Inn

Noch Fragen? Dann kontaktiere:

📞 Eleonora: [076 309 82 90](tel:0763098290)

📞 Kristina: [079 196 69 12](tel:0791966912)

Anmeldung | 📍 Location | Veranstalter



natürlich
gesund essen
ERNÄHRUNGSBERATUNG



www.holistic-healthy.ch/workshops/gesund-essen-trotz-vollem-terminkalender/

Anmeldeschluss: 04. September 2025