

Angebote für pflegende Angehörige und interessierte Bürger

Naschen ohne Reue - Pralinen selbst gemacht!

Ort: Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen
im Haus der Begegnung
Klabundstr. 10
15232 Frankfurt (Oder)

Termin: Dienstag, **10. November 2020** um **14.00 Uhr**

Referent: Antje Kierstein Heilpraktikerin

- Nur wer sich gut um sich selbst kümmert, kann sich auch gut um andere kümmern. Dies sollten Sie sich und anderen selbstbewusst vor Augen führen.
- Gönnen Sie sich eine Auszeit und entlasten Sie ihren Körper mit gesunden Naschereien und das Ganze ohne schlechtes Gewissen.
- Natürlich sind Süßigkeiten immer eine Frage des Geschmacks. Wer Kalorien sparen will, sollte den Energie- und Fettgehalt von Süßigkeiten beachten. Es gibt fast zu allen Süßigkeiten eine kalorienarme Alternative. Wer also die richtige Wahl trifft, muss keineswegs verzichten.

Wir bitten um telefonische Anmeldung: 0335 / 28 05 10 43

Unkostenbeitrag: € 1,-- pro Person

