

## **Kochworkshop: Ernährung für Frauen in den Wechseljahren**

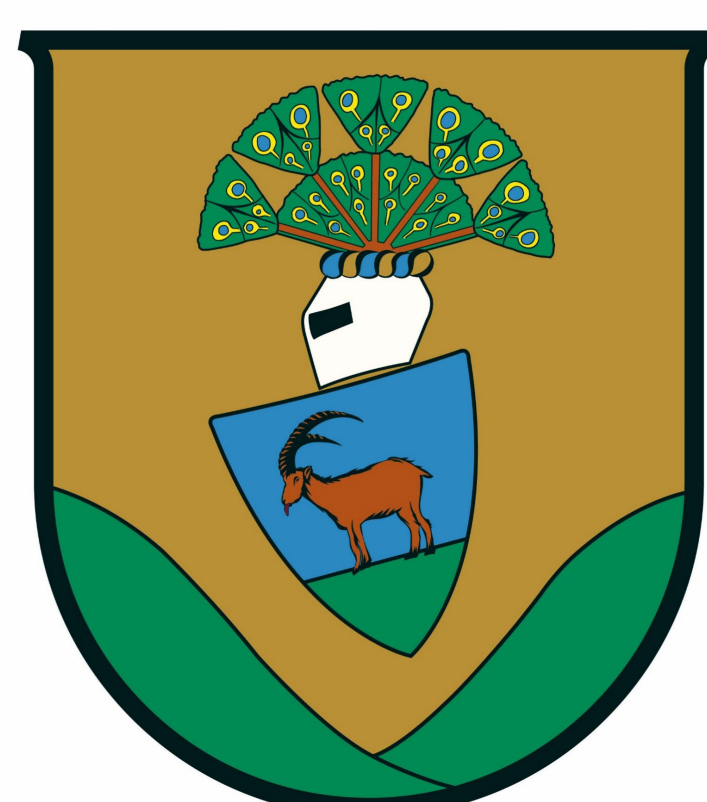
Nach einem kurzweiligen Vortrag zu Themen wie: Wie beeinflussen Lebensmittel unseren Körper, Welche Nährstoffe sind für Frauen, insbesondere in den Wechseljahren wichtig,... werden gemeinsam Speisen nach saisonalen Rezepten zubereitet und verkostet.

**13.03.2026, 17:00 bis 21:00 Uhr  
Küche der Sonderschule Thalgau  
Karl Haas Weg 4**

Kosten inkl. Handout mit Rezepten, exklusive Lebensmittel:  
€ 20 (Kneipp Mitglieder €15)

**Anmeldung (Gerti Höller, Kneip Aktiv)  
0664 / 13 69 70 2**

Referentin: Julia Wiesauer, Diätologin



**NAH FÜR DICH.  
DA FÜR DICH.**

