

Fit im Alter Gesund und richtig ernähren inkl. Degustation der Köstlichkeiten



Möchten Sie auch im Alter fit und vital sein?

Wir zeigen Ihnen, wie Sie sich im Alter richtig und gesund ernähren können.

Bei einem anschliessenden Austausch gibt es eine Degustation der verschiedensten Köstlichkeiten inkl. Erläuterungen dazu. Ausserdem erhalten Sie die leckeren Rezepte zum Nachkochen.

- Datum:** Donnerstag, 16. Februar 2023
- Zeit:** 18.00 bis 19.00 Uhr
mit anschliessender Degustation
- Ort:** tilia Wittigkofen, Jupiterstrasse 65, 3015 Bern
- Referent:** Konrad Lötscher, Leiter Gastronomie
- Zielgruppe:** Für alle Interessierten offen
- Anmeldung:** Bei Marina Vanetta, Leiterin Administration
marina.vanetta@tilia-stiftung.ch
oder 031 970 65 00