

Kochkurs

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie leckere und gesunde Mahlzeiten zubereiten können, die speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit Diabetes abgestimmt sind.



Mittwoch, den 25. Oktober 2023

Schulhaus Quader

Unser erfahrener Koch wird Ihnen dabei helfen, die richtigen Zutaten auszuwählen und diese schonend zu verarbeiten, um den Blutzuckerspiegel stabil zu halten. Ausserdem erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks rund um das Thema Diabetes und Ernährung.

Wann:	Mittwoch, den 25.10.2023
Wo:	Schulküche des Schulhauses Quader, Chur
Dauer:	18.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr
Anmeldung:	Bis Freitag, den 13.10.2023 (Teilnehmerzahl: max. 15)
Bei Fragen:	Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Projektleitung: Frau Billie Josephine Stump, Tel. 079 256 46 21 / E-Mail: info@diabetesgl-gr-fl.ch