



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege 



**ONLINE
VORTRAG
MITTWOCH
24.06.2026
18 UHR**

FEIERABENDKÜCHE – MEAL PREP FÜR DEN ALLTAG

GESUND ESSEN TROTZ WENIG ZEIT? MIT KLUGER PLANUNG UND EINFACHEN REZEPTIDEEN GELINGT EINE AUSGEWOGENE ERNÄHRUNG IM STRESSIGEN ALLTAG. SIE ERHALTEN PRAKTISCHE TIPPS FÜR ZEITSPARENDES VORKOCHEN UND CLEVERE MAHLZEITENPLANUNG.

EVA LEPSIK
ERNÄHRUNGSBERATERIN

Zugangslink:

 | bit.ly/Gesundheitskanal