



MULTIPULS FIT

ERNÄHRUNG UND WECHSELJAHRE

MULTIPULS FIT

ERNÄHRUNG UND WECHSELJAHRE

Im Ernährungsworkshop «Ernährung und Wechseljahre» erfahren Sie, wie Sie Ihren Körper in dieser besonderen Lebensphase gezielt unterstützen können. Lernen Sie, mit der richtigen Ernährung Beschwerden zu lindern und Ihr Wohlbefinden nachhaltig zu stärken. Der Workshop wird von Cäcilia Smith, Ernährungsberaterin BSc / SVDE geleitet.

Montag, 27. Oktober 2025,
von 19.00 bis ca. 21.00 Uhr

Ort: Kompetenzzentrum Integration Thun-Oberland,
Uttigenstrasse 3, 3600 Thun

Kosten: Der Workshop ist kostenlos.

Anmeldung: Bis zum 23. Oktober an daniela.jaeggi@thun.ch
oder 079 176 07 61



MEHR INFORMATIONEN
THUN.CH/MULTIPULS