



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 Wohlfinden nachhaltig zu stärken. Der Workshop wird von Cäcilia Smith, Ernährungsberaterin BSc/SVDE geleitet.

Montag, 26. Oktober 2026 · 19.00 - 21.00 Uhr

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

Kosten: Der Workshop ist kostenlos.

Anmeldung: Bis zum 22. Oktober an daniela.jaeggli@thun.ch
oder 079 176 07 61.



Mehr Informationen unter
thun.ch/multipuls